

บทที่ ๓

อริยมรรคมีองค์ ๘ ในพระพุทธศาสนา

ในบทนี้ผู้วิจัยจะศึกษาอริยมรรคมีองค์ ๘ โดยแบ่งการศึกษาออกเป็น ๓ ประเด็น คือ

- (๑) ความหมายและความสำคัญของอริยมรรคมีองค์ ๘ (๒) วิธีการปฏิบัติตามอริยมรรคมีองค์ ๘
- (๓) อริยมรรคมีองค์ ๘ กับไตรสิกขา ซึ่งจะได้นำเสนอต่อไป

๓.๑ ความหมายและความสำคัญของอริยมรรคมีองค์ ๘

๓.๑.๑. ความหมายของอริยมรรคมีองค์ ๘

จากการศึกษาและสืบค้นคำว่า มรรคหรืออริยมรรคในพระพุทธศาสนา ผู้วิจัยสามารถสรุปความหมายได้เป็น ๓ ส่วน คือ (๑) ความหมายตามคำศัพท์ ในพจนานุกรมคำศัพท์ทางพระพุทธศาสนา (๒) ความหมายในเชิงความรู้ความเข้าใจของผู้รู้ทางตามความหมายของคำว่า “มรรค” ผู้วิจัยได้ศึกษาค้นคว้าความหมายตามคำศัพท์ในพจนานุกรม ความหมายทางด้านพุทธศาสนา และโดยความหมายความรู้ความเข้าใจของผู้รู้ทางด้านพระพุทธศาสนาและ (๓) ความหมายในเชิงความรู้ ความเข้าใจของบุคคลทั่วไป ดังมีรายละเอียดที่ผู้วิจัยจะกล่าวเป็นลำดับไป

๑) ความหมายของมรรคตามรากศัพท์

คำว่า มรรค ตามที่ปรากฏในภาษาไทยมีรากศัพท์มาจากภาษาสันสกฤตและภาษาบาลี ภาษาสันสกฤตมาจากคำว่า มารค ส่วนภาษาบาลี มาจากคำว่า มคฺค ภาษาไทยใช้คำว่า มรรค, มรรคะ-, มรรคา [มັก, มັกคะ-, มັกคา] น. เป็นคำนามแปลว่า ทาง, เหตุ, ใช้คู่กับ ผล ว่าเป็นมรรคเป็นผล ในพระพุทธศาสนา เป็นชื่อแห่งโลกุตระธรรม คู่กับ ผล มี ๔ ชั้น คือ โสดาปัตติมรรค สกทาคามิมรรค อนาคามิมรรค อรหัตมรรค ทางที่จะนำไปสู่ความพ้นทุกข์ เป็น ๑ ในอริยสัจ ๔ ได้แก่ ทุกข์ สมุทัย นิโรธ และมรรค เรียกเต็มว่า มรรคมีองค์ ๘ ประกอบด้วย สัมมาทิฐิ – ความเห็นชอบ สัมมาสังกัปปะ – ความดำริชอบ สัมมาวาจา – การเจรจาชอบ สัมมากัมมันตะ – การงานชอบ สัมมาอาชีวะ – การเลี้ยงชีวิตชอบ สัมมาวายามะ – ความพยายามชอบ สัมมาสติ – ความระลึกชอบ สัมมาสมาธิ – ความตั้งใจชอบ หรือเรียกอีกอย่างหนึ่งว่า มัชฌิมาปฏิปทา คือ ทางสายกลาง มรรคนายก [มັกคะนายก] น. “ผู้นำทาง” คือ ผู้จัดการทางกุศล หรือผู้ชี้แจงทางบุญ

ทางกุศลและปาวประกาศให้ประชาชนมาทำบุญทำกุศลในวัด มรรคผล (ปาก) น. ผล, มักใช้ในความปฏิเสธ เช่น ไม่เป็นมรรคผล ไม่ได้มรรคผลอะไร^๑

๒) มรรคในความหมายตามนัยของพุทธศาสนา

มรรค คือ หนทางถึงความดับทุกข์ เป็นส่วนหนึ่งของอริยสัจ (เรียกว่า มัคคสังกัจ หรือ ทุกขนิโรธคามินีปฏิปทาอริยสัจ) และนับเป็นหลักธรรมสำคัญอย่างหนึ่งในพระพุทธศาสนา ประกอบด้วยหนทาง ๘ ประการด้วยกัน เรียกว่า “มรรคมืองค์แปด” หรือ “มรรคแปด” (อัฐังคิกมรรค) คือ (๑) สัมมาทิฐิ คือ ปัญญาเห็นชอบ (๒) สัมมาสังกัปปะ คือ ดำริชอบ (๓) สัมมาวาจา คือ เจรจาชอบ (๔) สัมมากัมมันตะ คือ ทำการงานชอบ (๕) สัมมาอาชีวะ คือ เลี้ยงชีพชอบ (๖) สัมมาวายามะ คือ เพียรชอบ (๗) สัมมาสติ คือ ระลึกรู้ชอบ (๘) สัมมาสมาธิ คือ ตั้งใจชอบ

มรรค แปลว่าทาง, หนทาง มีนัยความหมาย ๒ ประการ คือ

๑) มรรค ว่าโดยองค์ประกอบคือ ข้อปฏิบัติให้ถึงความดับทุกข์ เรียกเต็มว่า อริยอัฐังคิกมรรค แปลว่า ทางมีองค์ ๘ ประการอันประเสริฐ เรียกสามัญว่า มรรคมืองค์ ๘ คือ ๑) สัมมาทิฐิ ปัญญาเห็นชอบ ๒) สัมมาสังกัปปะ ดำริชอบ ๓) สัมมาวาจา เจรจาชอบ ๔) สัมมากัมมันตะ ทำการงานชอบ ๕) สัมมาอาชีวะ เลี้ยงชีพชอบ ๖) สัมมาวายามะ เพียรชอบ ๗) สัมมาสติ ระลึกรู้ชอบ ๘) สัมมาสมาธิ ตั้งจิตมั่นชอบ

๒) มรรคว่าโดยระดับการให้สำเร็จกิจคือ ทางอันให้ถึงความเป็นอริยบุคคลแต่ละขั้น ญาณที่ทำให้ละสังโยชน์ได้ขาด เป็นชื่อแห่ง โลกุตตรธรรมคู่กับผล มี ๔ ระดับ คือ โสดาปัตติมรรค ๑ สกทาคามีมรรค ๑ อนาคามีมรรค ๑ อรหัตตมรรค ๑^๒

๓) มรรคในความหมายของผู้รู้ทางพุทธศาสนา

พุทธทาสภิกขุ ได้ให้ความหมายของมรรคไว้ว่า “มรรค” แปลว่า ทาง มรรคหรือทางนี้ สายเดียว แต่ จึ่งจะเกิดเป็นสิ่งที่เรียกว่าทางขึ้นมา ซึ่งเป็นตัวศาสนาแท้ขึ้นมารวมความว่า การทำที่ถูกต้อง หรือการปฏิบัติจัดทำที่ถูกต้อง ๘ อย่างนี้ รวมกันเข้าแล้วเรียกว่า ทาง หรือ “มรรค” มรรค หรือมรรคานี้เรียกว่า ทาง และทางนี้ คือตัวศาสนา ตัวแท้ของ พุทธศาสนา อย่าได้ไปเอาสิ่งอื่นมา

^๑ ราชบัณฑิตยสถาน, พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. ๒๕๔๒, (กรุงเทพมหานคร: บริษัท นานมีบุ๊คส์พับลิเคชั่นส์, ๒๕๔๖), หน้า ๘๔๓.

^๒ พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสน์ฉบับประมวลศัพท์, (กรุงเทพมหานคร: มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๘), หน้า ๙๙.

เป็นตัวละคร ตัวปฏิบัติที่ถูกต้องมีองค์ ๘ ประการที่เรียกว่าทาง นี่แหละคือตัวละคร บางทีก็เรียกว่าตัวพระมัจฉะ^๓

พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต) ได้กล่าวถึงความหมายของมรรคไว้ว่า เรื่อง “มรรคในฐานะมรรคาสู่จุดหมายชั้นต่างๆ ของชีวิต” นี้ ฟังถือว่าเป็นระบบของการประพฤติพรหมจรรย์หรือพรหมจริยธรรม จริยะหรือจริยธรรม (ประเสริฐ) คือ ระบบความประพฤติปฏิบัติ ที่มีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับความจริงของธรรมชาติเป็นพื้นฐาน ซึ่งเป็นไปเพื่อบรรลุประโยชน์ที่พึงมุ่งหมายของชีวิต และอำนวยให้เกิดสภาพชีวิต สภาพสังคมที่เกื้อกูลแก่การบรรลุจุดหมายเช่นนั้น พุดให้สั้นว่า แนวทางดำเนินชีวิตที่อิงสัจธรรมเพื่อบรรลุประโยชน์ที่พึงมุ่งหมายของชีวิต และสร้างสรรค์สภาพชีวิต สภาพสังคมที่เกื้อกูลแก่การบรรลุจุดหมายเช่นนั้น^๔

กล่าวโดยสรุป ความหมายของ “มรรค” ตามที่ได้กล่าวมาทั้ง ๓ ประเด็น คือ ความหมายตามศัพท์ ความหมายตามนัยของพุทธศาสนา และความหมายตามแนวคิดของผู้รู้ทางพุทธศาสนา สรุปได้ว่า “มรรค” หรือ “มรรคา” คือแนวทางในการปฏิบัติหรือแนวทางการดำเนินชีวิต อันจะนำไปสู่ทางแห่งความดับทุกข์ มรรคเกิดขึ้นโดยมีฐานะเป็นวิธีการที่คนนำเอากฎเกณฑ์ของธรรมชาติมาใช้ให้เกิดประโยชน์ในการดำเนินชีวิตของตน คือเป็นวิธีปฏิบัติของคนที่จะให้เกิดผลตามกระบวนการธรรมชาติ ดังนั้น มรรคจึงเป็นหลักกลางในการประพฤติปฏิบัติตามองค์ประกอบภายในมรรคให้ครบองค์ เพื่อให้ถึงซึ่งเป้าหมายทางแห่งความดับทุกข์นั่นเอง

๓.๑.๒ ความสำคัญของอริยมรรคมีองค์ ๘

มัชฌิมาปฏิปทาหรืออริยสัจข้อสุดท้าย คือ มรรค เป็นประมวลหลักความประพฤติปฏิบัติ หรือระบบจริยธรรมทั้งหมดในพระพุทธศาสนา เป็นคำสอนภาคปฏิบัติที่จะช่วยให้การดำเนินสู่จุดหมายตามแนวทางของกระบวนการธรรมที่รู้เข้าใจแล้วนั้น เป็นผลสำเร็จขึ้นมาในชีวิตจริง หรือเป็นวิธีการใช้กฎเกณฑ์แห่งกระบวนการของธรรมชาติให้เกิดประโยชน์แก่ชีวิตจนถึงที่สุด ผู้วิจัยจึงได้พิจารณาจากพุทธพจน์และคำอธิบายย่อต่อไปนี้ เพื่อเป็นความเข้าใจเบื้องต้นเกี่ยวกับมรรคไว้ ๘ ประเด็น ดังนี้คือ

^๓ พุทธทาสภิกขุ, อริยมรรคทางดับทุกข์ คู่มือดับทุกข์ฉบับสมบูรณ์, (กรุงเทพมหานคร : ธรรมสภา, ๒๕๐๓), หน้า ๙๑ – ๙๓.

^๔ พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), พุทธธรรมฉบับปรับปรุงและขยายความ, พิมพ์ครั้งที่ ๖, (กรุงเทพมหานคร: มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๔), หน้า ๖๐๐.

๑) มรรคในฐานะมัชฌิมาปฏิปทา

มรรคในฐานะเป็นมัชฌิมาปฏิปทา ปรากฏในพระไตรปิฎกโดยทั่วไป ซึ่ง จาก การศึกษาในพบพุทธพจน์ที่ตรัสไว้เกี่ยวกับเรื่องนี้มากมาย ผู้วิจัยขอนำมาเพียงบางส่วนดังนี้

ภิกษุทั้งหลาย มัชฌิมาปฏิปทาไม่เอียงเข้าใกล้ที่สุด ๒ อย่างนั้น ตถาคตได้ ตรัสรู้อันเป็น ปฏิปทาก่อให้เกิดจักขุ ๒ ก่อให้เกิดญาณ เป็นไปเพื่อความสงบ เพื่อความรู้ยิ่ง เพื่อความตรัสรู้ เพื่อพระนิพพานภิกษุทั้งหลาย ก็มัชฌิมาปฏิปทาที่ตถาคตได้ตรัสรู้แล้ว อันเป็นปฏิปทาก่อให้เกิด จักขุ ก่อให้เกิดญาณ เป็นไปเพื่อความสงบ เพื่อความรู้ยิ่ง เพื่อ ความตรัสรู้ เพื่อพระนิพพานนั้นเป็นไฉน มัชฌิมาปฏิปทานั้น ได้แก่ อริยมรรคมีองค์ ๘ นี้ แหละ คือ ๑. สัมมาทิฐิ (เห็นชอบ) ๒. สัมมาสังกัปปะ (ดำริชอบ) ๓. สัมมาวาจา (เจรจา ชอบ) ๔. สัมมากัมมันตะ (กระทำชอบ) ๕. สัมมาอาชีวะ (เลี้ยงชีพชอบ) ๖. สัมมาวายามะ (พยายามชอบ) ๗. สัมมาสติ (ระลึกชอบ) ๘. สัมมาสมาธิ (ตั้งจิตมั่น ชอบ) ภิกษุทั้งหลาย นี่คื้อมัชฌิมาปฏิปทานั้น ที่ตถาคตได้ตรัสรู้แล้ว อันเป็นปฏิปทา ก่อให้เกิดจักขุ ก่อให้เกิดญาณ เป็นไปเพื่อความสงบ เพื่อความรู้ยิ่ง เพื่อความตรัสรู้ เพื่อ พระนิพพาน^๕

พุทธพจน์จากปฐมเทศนาหรือธัมมจักกัปปวัตตนสูตรนี้ แสดงความหมาย เนื้อหาและ จุดหมายของมัชฌิมาปฏิปทาไว้โดยสรุปครบทั้งหมด ที่ควรสังเกตคือ ความเป็นทางสายกลาง (The Middle Path หรือ Middle Way) นั้น เป็นเพราะไม่เข้าไปข้างแฉะที่สุดสองอย่าง (แต่ไม่ใช่อยู่ กลางระหว่างที่สุดทั้งสอง) คือ

- ๑) กามสุขัลลิกานุโยค การหมกมุ่นอยู่ด้วยกามสุข
- ๒) อุตตกิลมถานุโยค การประกอบความลำบากเดือดร้อนแก่ตนเอง

มัชฌิมาปฏิปทานี้มีชื่อเรียกอย่างง่าย ๆ ว่า “มรรค” ซึ่งแปลว่า ทาง ทางนี้มี ส่วนประกอบ ๘ อย่าง และทำให้ผู้ดำเนินตามเป็นอารยชน จึงเรียกชื่อเต็มว่า “อริยอัฏฐังคิกมรรค หรืออารยอัษฎางคิกมรรค” พระพุทธเจ้าตรัสว่า มรรคที่เรียกว่า มัชฌิมาปฏิปทานี้ เป็นทางเก่าที่ เคยมีท่านผู้เดินทางถูกต้องได้ถึงจุดหมายเคยเดินกับมาในกาลก่อนแล้ว พระองค์เพียงแต่ค้นพบ แล้วทรงเปิดเผยแก่มวลมนุษย ์ ทรงทำหน้าที่แนะนำบอกทางนี้ให้แก่เวไนยชน^๖ มรรคหรือมรรคานี้

^๕ วิ.ม. (ไทย) ๔/๑๓ / ส.ม. (ไทย) ๑๙/๑๐๘๑/๕๙๒-๕๙๖.

^๖ ส.นิ. (ไทย) ๑๖/๒๕๓/๑๒๙.

เป็นวิธีปฏิบัติของมนุษย์ที่จะทำให้เกิดผลตามกระบวนการดับทุกข์ของธรรมชาติ คือทำให้เหตุปัจจัยต่างๆ ส่งผลสืบทอดไปจนสำเร็จเสร็จสิ้นตามกระบวนการของธรรมชาติ^๗ ทางสายกลางที่แท้จริงมีหลักที่แน่นอน ความแน่นอนของทางสายกลางนั้น อยู่ที่ความมีจุดหมายหรือเป้าหมายที่แน่ชัด เมื่อมีเป้าหมายหรือจุดหมายที่แน่นอนแล้ว ทางที่นำไปสู่จุดหมายนั้น หรือการกระทำที่ตรงจุด พอเหมาะพอดีที่จะให้ผลตามเป้าหมายนั้นแหละคือทางสายกลาง ทางสายกลางที่เรียกว่า มัชฌิมาปฏิปทา^๘ นี้ มีจุดหมายที่แน่นอน คือความดับทุกข์หรือภาวะหลุดพ้น เป็นอิสระไร้ปัญหา มรรคคือระบบความคิดและการกระทำหรือการดำเนินชีวิตที่ตรงจุดพอเหมาะพอดีให้ได้ผลสำเร็จตามเป้าหมายคือความดับทุกข์นี้ จึงเป็นทางสายกลางหรือมัชฌิมาปฏิปทา^๙

๒) มรรคในฐานะข้อปฏิบัติหรือทางชีวิตทั้งของบรรพชิตและคฤหัสถ์

จากการศึกษาประเด็นนี้พบพุทธพจน์ตรัสไว้ว่า

ภิกษุทั้งหลาย เราไม่สรรเสริญมิชฌาปฏิปทา ไม่ว่าของบรรพชิต หรือของคฤหัสถ์, บรรพชิตก็ตาม คฤหัสถ์ก็ตาม ปฏิบัติผิดแล้ว เพราะการปฏิบัติผิดนั้นเป็นเหตุย่อมยังญาณธรรมอันเป็นกุศลให้สำเร็จได้; ก็มิชฌาปฏิปทา คืออะไร คือ มิชฌาปฏิปทิสฺส ฯลฯ มิชฌาสมาธิ เราย่อมสรรเสริญสัมมาปฏิปทา ไม่ว่าของบรรพชิตหรือของคฤหัสถ์ คฤหัสถ์ก็ตาม บรรพชิตก็ตามปฏิบัติชอบแล้ว เพราะการปฏิบัติชอบนั้นเป็นเหตุ ย่อมยังญาณธรรมอันเป็นกุศลให้สำเร็จได้ ; ก็สัมมาปฏิปทา คืออะไร คือ สัมมาปฏิปทิสฺส ฯลฯ สัมมาสมาธิ^{๑๐}

๓) มรรคในฐานะหลักปฏิบัติที่เนื่องด้วยปัจจัยภายนอก - ภายใน

จากการศึกษาความเข้าใจเกี่ยวกับมรรค แหล่งข้อมูลได้อธิบายความหมายของมรรคในฐานะมัชฌิมาปฏิปทาและในฐานะข้อปฏิบัติหรือทางชีวิต ทั้งของบรรพชิตและคฤหัสถ์แล้ว ยังพบว่า มรรคในฐานะหลักปฏิบัติที่เนื่องด้วยปัจจัยภายนอก หมายถึง สภาพแวดล้อมทางสังคม และปัจจัยภายใน หมายถึง ตัวบุคคลที่รับรู้จากสังคม สภาพแวดล้อมภายนอกส่งผลต่อพฤติกรรมภายในตัวบุคคล ดังนี้ มรรคในฐานะหลักปฏิบัติที่เนื่องด้วยปัจจัยภายนอก พุทธพจน์ตรัสไว้ว่า

^๗ พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), พุทธธรรมฉบับปรับปรุงและขยายความ, หน้า ๕๐๗.

^๘ เรื่องเดียวกัน, หน้า ๕๘๒ - ๕๘๓.

^๙ เรื่องเดียวกัน, หน้า ๕๘๕.

อานนท์ ความมีกัลยาณมิตร มีกัลยาณสหาย ชอบค้นหากัลยาณชนนี้ เท่ากับเป็น
พรหมจรรย์ทั้งหมดทีเดียว เพราะว่า ผู้มีกัลยาณมิตร^{๑๐}...พึงหวังสิ่งนี้ได้ คือ เขาจักยัง
อริยอัษฎางคิกมรรค ให้เกิดมี เขาจักกระทำได้มากซึ่งอริยอัษฎางคิกมรรค^{๑๑}
ภิกษุทั้งหลาย เมื่อดวงอาทิตย์อุทัยอยู่ ย่อมมีแสงอรุณขึ้นมาก่อนเป็นบุพนิมิต ฉะนั้น
ความมีกัลยาณมิตร ก็เป็นตัวนำ เป็นบุพนิมิต แห่งการเกิดขึ้นของอริยอัษฎางคิกมรรค
แก่ภิกษุฉันนั้น^{๑๒}

พุทธพจน์นี้แสดงถึงการยอมรับความสำคัญของความสัมพันธ์ระหว่างมนุษย์ในฐานะ
สภาพแวดล้อมทางสังคม ว่าเป็นปัจจัยสำคัญอย่างยิ่งที่จะชักนำและส่งเสริมให้เกิดมีการประพฤติ
ปฏิบัติหลักธรรมในพระพุทธศาสนา แสดงให้เห็นว่าระบบการดำเนินชีวิต ระบบจริยธรรม หรือ
ระบบการประพฤติปฏิบัติตามหลักพระพุทธศาสนา เนื่องด้วยสังคมไม่แยกต่างหากจากสังคม
มรรคในฐานะหลักปฏิบัติที่เนื่องด้วยปัจจัยภายใน พุทธพจน์ตรัสไว้ว่า

ภิกษุทั้งหลาย เมื่อดวงอาทิตย์อุทัยอยู่ ย่อมมีแสงอรุณขึ้นมาก่อน เป็นบุพนิมิต ฉะนั้น
ความถึงพร้อมด้วยโยนิโสมนสิการ (การทำในใจโดยแยบคาย หรือการรู้จัก
คิดพิจารณาตามสภาวะและเหตุผล) ก็เป็นตัวนำเป็นบุพนิมิตแห่งการเกิดขึ้นของ
อริยอัษฎางคิกมรรคแก่ภิกษุ ฉะนั้น ภิกษุผู้ถึงพร้อมด้วยโยนิโสมนสิการ พึงหวังสิ่ง
นี้ได้ คือ จักเจริญ จักทำให้มากซึ่งอริยอัษฎางคิกมรรค^{๑๓}

พุทธพจน์ที่กล่าวมานี้ให้หลักคิดว่าแม้ว่าปัจจัยทางสังคมจะมีความสำคัญมาก แต่ก็
ต้องไม่มองข้ามความสำคัญของปัจจัยภายในตัวบุคคล ปัจจัยที่ดั่งามทั้งทางสังคมและภายในตัว
บุคคล ต่างก็สามารถเป็นจุดเริ่มซึ่งทำให้เกิดความประพฤติปฏิบัติและการดำเนินชีวิตที่ถูกต้องได้

^{๑๐} คำว่า กัลยาณมิตร มิได้หมายแคบเพียงเพื่อนสามัญ แต่หมายถึงใครก็ตาม ซึ่งอาจเป็นพระศาสดา
ครูอาจารย์ มิตร ตลอดจนหนังสือ และสื่อมวลชนต่าง ๆ ที่ช่วยแนะนำ ให้ความรู้ ให้ความคิดชี้ช่องทางความ
ประพฤติปฏิบัติ เป็นต้น

^{๑๑} ส.ม. (ไทย) ๑๙/๕ - ๙/๒ - ๔.

^{๑๒} ส.ม. (ไทย) ๑๙/๑๒๙/๓๖.

^{๑๓} ส.ม. (ไทย) ๑๙/๑๒๙/๓๗.

ความจริงทั้งสองอย่างนั้นย่อมช่วยหนุนและเสริมซึ่งกันและกัน หลักการนี้แสดงว่าการปฏิบัติชอบ หรือชีวิตที่ดีงามเกิดจากการปรุงผสมผสานปัจจัยทางสังคมและปัจจัยภายในตัวบุคคลเข้าด้วยกัน การก้าวหน้าไปในมรรคาแห่งความดีงามสู่จุดหมายแห่งชีวิต จะเป็นไปได้อย่างสัมฤทธิ์ผลมากที่สุด หากได้อาศัยปัจจัยสองอย่างนี้คอยอุดหนุนค้ำชูกันอยู่เรื่อยๆ ไป แต่พึงสังเกตว่า มีข้อเน้นพิเศษ สำหรับปัจจัยทางสังคม คือความมีกัลยาณมิตร ซึ่งพิเศษกว่าปัจจัยภายในตัวบุคคลที่เรียกว่า โยนิโสมนสิการ^{๑๔}

๔) มรรคในฐานะทางให้ถึงความสิ้นกรรม

จากการศึกษาวิจัยพบว่า มรรคนอกจากจะเป็นหนทางแห่งความดับทุกข์แล้ว ยังเป็น หนทางให้ถึงความดับกรรมอีกด้วย ดังพุทธพจน์ตรัสไว้ว่า “มรรคาอันเป็นอริยะมีองค์ประกอบ ๘ ประการนี้แล เป็นทางนำไปสู่ความดับแห่งกรรม คือ สัมมาทิฐิ ฯลฯ สัมมาสมาธิ”^{๑๕} ในที่นี้ มัชฌิมาปฏิปทา มีความหมายว่า เป็นทางให้ถึงความดับกรรมหรือสิ้นกรรม ข้อสำคัญในที่นี้ก็คือ

ประการแรก จะเห็นว่าการที่จะดับกรรมหรือสิ้นกรรมได้ ก็คือต้องทำและทำอย่างจริงจัง โดยทำตามหลักมัชฌิมาปฏิปทา ซึ่งเป็นหลักการและวิธีการที่ถูกต้องคือเลิกการกระทำที่ผิด

ประการที่สอง ที่ว่าดับกรรมหรือสิ้นกรรม ไม่ใช่หมายความว่า อยู่นิ่งๆ เลิกไม่ทำอะไร หมด แต่หมายความว่าเลิกการกระทำอย่างปฏุชน เปลี่ยนเป็นทำอย่างอริยบุคคล อธิบายง่ายๆ ว่า ปฏุชนทำอะไรก็ทำด้วยตัณหาอุปาทานมีความยึดมั่นในความดีความชั่วที่เกี่ยวข้องกับตัวฉันของฉัน ผลประโยชน์ของฉัน ในรูปใดรูปหนึ่ง การกระทำของปฏุชนจึงเรียกตามศัพท์ธรรมว่า กรรมแบ่งเป็น ดีเป็นชั่ว และก็ยึดถือเอาไว้ว่าเป็นอย่างนั้นๆ ด้วยตัณหาอุปาทาน ดับกรรม คือ เลิกกระทำการ ต่างๆ ด้วยความยึดมั่นในความดีชั่วที่เกี่ยวข้องกับตัวฉันของฉัน ผลประโยชน์ของฉัน เมื่อไม่มีดีมี ชั่วยึดมั่นไว้กับตัว ทำอะไรก็ไม่เรียกว่ากรรมเพราะกรรมต้องเป็นอย่างใดอย่างหนึ่ง ไม่ดีก็ชั่ว ส่วน การกระทำของพระอริยบุคคลเป็นการกระทำไปตามความหมาย และวัตถุประสงค์ของเรื่องที่ทำนั้น ล้วนไม่เกี่ยวกับตัณหาอุปาทานภายใน พระอริยบุคคลไม่ทำชั่ว เพราะหมดเหตุปัจจัยที่จะทำชั่ว (ไม่มีโลภะ โทสะ โมหะ ที่จะให้ทำอะไรเพื่อให้ตัวฉันได้ฉันเป็น) ทำแต่ความดีและประโยชน์ เพราะ ทำการต่าง ๆ ด้วยปัญญาและกรุณา แต่ก็ไม่ยึดมั่นในความดีที่ตนทำ

มรรคหรือมัชฌิมาปฏิปทา เป็นข้อปฏิบัติเพื่อให้หมดกรรมหรือสิ้นกรรมนั้น มีแต่การ กระทำที่เป็นตัวการกระทำล้วนๆ (กิริยา) อันนี้จึงเป็นวิถีที่ต่างกันระหว่างโลกียะกับโลกุตระ

^{๑๔} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), พุทธธรรมฉบับปรับปรุงและขยายความ, หน้า ๕๘๖.

^{๑๕} อญ.ฉก.ก. (ไทย) ๒๒/๓๓๔/๔๖๔ ; ส.สพ. (ไทย) ๑๘/๒๓๐/๑๖๖.

พระพุทธรูปเจ้าและพระอรหันต์ทั้งหลาย จึงเที่ยวบำเพ็ญประโยชน์ สั่งสอนประชาชนโดยไม่เป็นกรรม ทั้งที่การกระทำซึ่งคนธรรมดาเรียกกันว่าเป็นความดี^{๑๖}

๕) มรรคในฐานะนาวาข้ามฝั่งที่ต้องปล่อยวาง

จากการศึกษาความเข้าใจเบื้องต้นตามประเด็นดังกล่าวเกี่ยวกับมรรค ในฐานะนาวา ข้ามฝั่งที่ต้องปล่อยวาง เปรียบได้เหมือนเรือที่ใช้ข้ามฝั่ง เมื่อถึงฝั่งแล้วต้องทิ้งเรือไว้ ไม่ใช่แบกเรือ ขึ้นฝั่งไปด้วย ดังพุทธพจน์ตรัสไว้ว่า

ภิกษุทั้งหลาย เปรียบเหมือนบุรุษผู้เดินทางไกล พบห้วงน้ำใหญ่ฝั่งข้างนี้ น้ำหาตระวางน่ากลัวภัย แต่ฝั่งข้างโน้น ปลอดภัย ไม่มีภัย ก็แลเรือหรือสะพาน สำหรับข้ามไปฝั่งโน้นก็ไม่มี บุรุษนั้นจึงดำริว่า “ห้วงน้ำนี้ใหญ่ ฝั่งข้างนี้น้ำหาตระวาง ถ้ากระไร เราพึงเก็บรวมเอาหญ้า ท่อนไม้ กิ่งไม้ และใบไม้ มาผูกเป็นแพ แล้วอาศัยแพ นั้นพยายามเอาด้วยมือและเท้า โกงข้ามถึงฝั่งโน้นได้โดยสวัสดิ์” คราวนั้น เขาจึง...ผูก แพ...ข้ามถึงฝั่งโน้นโดยสวัสดิ์ ครั้นเขาได้ข้ามไปขึ้นฝั่งข้างโน้นแล้ว ก็มีความดำริว่า ‘แพ นี้มีอุปการะแก่เรามากแท้ เราอาศัยแพนี้...จึงข้ามมาถึงฝั่งนี้โดยสวัสดิ์ ถ้ากระไร เราควร ยกแพนี้ขึ้นเทินบนศีรษะหรือแบกขึ้นบ่าไว้ ไปตามความปรารถนา’ ภิกษุทั้งหลาย เธอทั้งหลายจะเห็นเป็นอย่างไร? บุรุษนั้น ผู้กระทำอย่างนี้ จะชื่อว่าเป็นผู้กระทำถูกต้องหน้าที่ ต่อแพนั้นหรือไม่?

(ภิกษุทั้งหลายทูลตอบว่า ไม่ถูก จึงตรัสต่อไปว่า) บุรุษนั้น ทำอย่างไรจึงจะชื่อว่า ทำถูกต้อง หน้าที่ต่อแพนั้น? ในเรื่องนี้ บุรุษนั้นเมื่อได้ข้ามไป ถึงฝั่งโน้นแล้ว มีความดำริ ว่า ‘แพนี้ มีอุปการะแก่เรามากแท้...ถ้ากระไร เราพึงยกแพนี้ขึ้นไว้บนบก หรือผูกให้ลอย อยู่ในน้ำ แล้วจึงไปตามปรารถนา’ บุรุษผู้กระทำอย่างนี้ จึงจะชื่อว่าเป็นผู้กระทำถูกต้อง หน้าที่ต่อแพนั้น นี่ฉันใด ธรรม ก็อุปมาเหมือนแพ เราแสดงไว้เพื่อมุ่งหมายให้ใช้ข้ามไป มิใช่เพื่อให้ยึดถือไว้ ฉะนั้น เมื่อเธอทั้งหลาย รู้ทั่วถึงธรรมอันมีอุปมาเหมือนแพที่เรา แสดงแล้ว พึงละเสียแม้ซึ่งธรรมทั้งหลาย จะปวญกล่าวไปไยถึงธรรมเล่า^{๑๗}

ภิกษุทั้งหลาย ทิฐิ (ทฤษฎี หลักการ ความเข้าใจธรรม) ที่บริสุทธิ์ถึงอย่างนี้ผู้ต้องถึง อย่างนี้ ถ้าเธอทั้งหลาย ยังยึดติดอยู่ เจริญใจระหิมีอยู่ ใฝ่ถนอมอยู่ ยึดถือว่าเป็นของ

^{๑๖} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), พุทธธรรมฉบับปรับปรุงและขยายความ, หน้า ๕๘๘.

^{๑๗} ม.ม. (ไทย) ๑๒/๒๔๐/๒๗๐.

เราอยู่ เธอทั้งหลายจะพึงรู้ทั่วถึงธรรมอันมีอุปมาเหมือนแพ ที่เราแสดงแล้วเพื่อบ่งหมายให้ใช้ข้ามไป มิใช่เพื่อให้ยึดถือเอาไว้ ได้ละหรือ?^{๑๘}

พุทธพจน์ทั้งสองนี้ นอกจากเป็นสิ่งเตือนไม่ให้ยึดมั่นถือมั่นในธรรมทั้งหลาย (แม้ที่เป็นความจริง ความถูกต้อง) โดยมีได้ถือเอาประโยชน์จากธรรมเหล่านั้นตามความหมาย คุณค่า และประโยชน์ตามความเป็นจริงแล้ว ข้อที่สำคัญยิ่งก็คือเป็นการย้ำให้มองเห็นธรรมทั้งหลายในฐานะเป็นอุปกรณ์หรือวิธีการที่จะนำไปสู่จุดหมาย มิใช่สิ่งลอยๆ หรือจบในตัว ด้วยเหตุนี้ เมื่อปฏิบัติธรรมข้อใดข้อหนึ่งจะต้องรู้ตระหนักชัดเจนถึงวัตถุประสงค์ของธรรมนั้น พร้อมทั้งความ สัมพันธ์ของมันกับธรรมอย่างอื่น ๆ ในการดำเนินไปสู่วัตถุประสงค์นั้น วัตถุประสงค์ในที่นี้มิได้หมายถึงเพียงวัตถุประสงค์ทั่วไปในขั้นสุดท้ายเท่านั้น แต่หมายถึงวัตถุประสงค์เฉพาะตัวของธรรมข้อนั้นๆ เป็นสำคัญ ว่าธรรมข้อนั้นปฏิบัติเพื่อช่วยสนับสนุนหรือให้เกิดธรรมข้อใด จะไปสิ้นสุดลงที่ใด มีธรรมใดรับช่วงต่อไปดังนี้ เป็นต้น^{๑๙}

๖) มรรคในฐานะพรหมจรรย์ หรือพุทธจริยธรรม

ความเข้าใจเกี่ยวกับมรรคในฐานะพรหมจรรย์หรือพุทธจริยธรรม เป็นอีกฐานะหนึ่งในหลายประเด็นดังที่ได้กล่าวมาแล้ว พุทธพจน์ตรัสไว้ว่า

มรรคอันเป็นอริยะ ประกอบด้วยองค์ ๘ ประการ คือ สัมมาทิฏฐิ สัมมาสมาธิ นี่คือ พรหมจรรย์ ; บุคคลใด ประกอบด้วย อริยอัษฎางคิกมรรคนี้ บุคคลนั้นเรียกว่า เป็นพรหมจรรย์ ; ความสิ้นราคะ สิ้นโทสะ สิ้นโมหะ นี้เรียกว่าที่จบของพรหมจรรย์ ผลของพรหมจรรย์คืออะไร ? โสตาปัตติผล สกทาคามิผล อนาคามิผล อรหัตตผล เหล่านี้ เรียกว่า ผลของพรหมจรรย์^{๒๐}

คำว่า “พรหมจรรย์” แปรจากบาลีว่า “พฺรหฺมจฺริย” ซึ่งประกอบด้วย พฺรหฺม + จฺริย “พฺรหฺม” แปลว่า ประเสริฐ เลิศล้ำ สูงสุด บริสุทธิ^{๒๑} ส่วน “จฺริย” มาจากรากศัพท์คือ จร ซึ่งในความหมายเชิงรูปธรรมแปลว่า เทียบไป ดำเนินไป จาริกไป ในเชิงนามธรรมแปลว่า ประพฤติ ดำเนินชีวิต ครองชีวิตเป็นอยู่ ในที่นี้ต้องการความหมายเชิงนามธรรม จริย ซึ่งเป็นคำนามจึงแปลได้

^{๑๘} ม.ม. (ไทย) ๑๒/๔๔๕/๔๗๙.

^{๑๙} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), พุทธธรรมฉบับปรับปรุงและขยายความ, หน้า ๕๘๙.

^{๒๐} ส.ม. (ไทย) ๑๙/๑๑๓/๓๒.

^{๒๑} ความหมายนัยต่าง ๆ ของ พฺรหฺม ดู ม.ม.อ. (ไทย) ๑/๔๗.

ว่า ความประพฤติ การดำเนินชีวิต การครองชีวิต หรือความเป็นอยู่ คำว่า จริยหรือจริยะ นี้ เมื่อเขียนเป็นไทย แปลตามรูปสันสกฤตเป็น จรรย ก็มี ถ้อยตามรูปบาลีอีกรูปหนึ่งเป็น จริยา ก็ได้ ^{๒๒} ดังนั้น พรหมจริย จะแปลว่า พรหมจรรยหรือพรหมจริยา ก็ได้ แต่ตามปกติแปลกันว่าพรหมจรรย และใช้กันอย่างนี้จนมักลืมไปว่า คำว่าจรรยก็มีความหมายเดียวกับ จริยา หรือ จริย ที่ใช้ในคำว่า จริยศึกษา และจริยธรรม เป็นต้น รวมความว่า พรหมจรรยมาจาก “พรหมจริย” ซึ่งมีความหมาย จริยะอันประเสริฐ ความประพฤติอันประเสริฐ หรือประพฤติบริสุทธิ์อย่างพรหม การดำเนินชีวิตอันประเสริฐ การครองชีพอย่างประเสริฐ หรือความเป็นอยู่อย่างประเสริฐ ^{๒๓}

ตามพุทธพจน์ที่ยกมาแสดงว่า พรหมจรรยหรือจริยธรรมอันประเสริฐ หรือจริยธรรมตามหลักพระพุทธศาสนานั้น ก็คือ มรรค หรือมัชฌิมาปฏิปทา^{๒๔} และพรหมจารีหรือผู้ประพฤติพรหมจรรย หรือผู้มีจริยธรรมตามหลักพระพุทธศาสนา ก็คือผู้ดำเนินชีวิตตามมรรค หรือปฏิบัติตามหลักมัชฌิมาปฏิปทา ส่วนความหมายตามรูปศัพท์ดังที่ได้วิเคราะห์ไว้ข้างต้น ก็ทำให้แปลคำว่า จริยธรรมจึงมีความหมายว่า หลักความประพฤติ หลักการดำเนินชีวิต หรือหลักการครองชีวิต เป็นอันว่าเมื่อถ้อยตามหลักพระพุทธศาสนา มรรคหรือมัชฌิมาปฏิปทา คือ ระบบจริยธรรม ระบบความประพฤติปฏิบัติ หลักคำสอนเกี่ยวกับการดำเนินชีวิตที่งดงาม หรือหลักการครองชีวิตที่ถูกต้อง สมบูรณ์ของมนุษย์ ที่จะนำไปสู่จุดหมายคือความดับทุกข์ หรือความสิ้นสุดปัญหา อยู่อย่างเป็นอิสระไร้ทุกข์ ^{๒๕}

๗) มรรคในฐานะสู่จุดหมายชั้นต่าง ๆ ของชีวิต

มรรคในฐานะสู่จุดหมายชั้นต่างๆ ของชีวิต เป็นความเข้าใจเบื้องต้นอีกประเด็นหนึ่งในหลายประเด็นที่ได้อธิบายรายละเอียดเพื่อประกอบความเข้าใจ ดังพุทธพจน์ตรัสไว้ว่า

ผู้ปรารถนาโคธสมบัติ อันโอฬาร ยิ่งๆ ขึ้นไป พึงมีความไม่ประมาท ; บัณฑิตทั้งหลาย ย่อมสรรเสริญ ความไม่ประมาทในบุญกิริยาทั้งหลาย , บัณฑิตไม่ประมาทจึงยึดเอาได้ ซึ่งอรรถทั้ง ๒ ประการคือ ทิฐุฐัมมิกัตตะ และสัมปรายิกัตตะ, คนที่เรียกว่าเป็น ปราชญ์ เป็นบัณฑิต ก็เพราะการบรรลุอรรถ ^{๒๕}

^{๒๒} จริย (นป) และจริยา (อิต) มาจาก จรุ ภาตุ + ญย ปัจจัย + อิ-คม (รูปสัทท).

^{๒๓} ที.ม.อ. (ไทย) ๒/๔๐๗.

^{๒๔} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), พุทธธรรมฉบับปรับปรุงและขยายความ , หน้า ๕๙๐ - ๕๙๑.

^{๒๕} ส.ส. (ไทย) ๑๕/๑๒๘/๑๕๒.

อรรถ (สันสกฤต) หรือ อัตถะ (บาลี) แปลว่า เรื่องราว ความหมาย ความมุ่งหมาย ประโยชน์ ผลที่หมายหรือจุดหมายในที่นี้ขอแปลเอาความว่า ประโยชน์ที่เป็นจุดหมาย หรือจุดหมายของชีวิต หมายถึง จุดหมายของพรหมจรรย์ หรือจริยธรรม หรือระบบการดำเนินชีวิตและการปฏิบัติธรรมของพระพุทธศาสนานั้นเอง เป็นที่ทราบกันดีว่าจุดหมายสูงสุดของพระพุทธศาสนา คือพรหมจรรย์นี้ก็คือนิพพานซึ่งมีชื่อเรียกอย่างหนึ่งว่า “ปรมัตถ์” หรือ “ปรมัตถะ” แปลว่า ประโยชน์อย่างยิ่ง หรือจุดหมายสูงสุด เป็นธรรมดาว่าในการสอนธรรม จะต้องเน้นและเร่งเร้าให้ปฏิบัติเพื่อบรรลุจุดหมายสูงสุด อย่างไรก็ตาม พระพุทธศาสนามีได้มองข้ามประโยชน์หรือจุดหมายชั้นรองลดหลั่นกันลงมาที่มนุษย์จะพึงได้พึงถึงตามระดับความพร้อมของแต่ละบุคคล และได้จำแนกวางเป็นหลักไว้ด้วย

จากการศึกษาวิจัยพบว่า อรรถ หรือจุดหมายแบ่งเป็น ๒ ระดับ เหมือนอย่างในบาลีที่ยกมาอ้างไว้นั้น และเน้นปรมัตถะให้เด่นชัดเป็นพิเศษ จึงแยกออกมาเป็นอีกข้อหนึ่งต่างหากและจัดประโยชน์หรือจุดหมายนั้นออกเป็น ๓ ชั้น^{๒๖} ดังจะให้ความหมายโดยสรุปดังนี้

๑) ประโยชน์ปัจจุบัน เรียกว่า ทิฏฐธัมมิกัตถะ แปลว่าประโยชน์ในชีวิตนี้หรือประโยชน์ปัจจุบัน เป็นจุดหมายขั้นต้นหรือจุดหมายเฉพาะหน้า หมายถึงประโยชน์อย่างที่มีมองเห็นๆ กันอยู่ ที่เข้าใจกันง่ายๆ เกี่ยวกับชีวิตประจำวัน เป็นเรื่องชั้นนอก หรือเรื่องธรรมดาสามัญที่มุ่งหมายกันในโลกนี้ ได้แก่ ลาภ ยศ สุข สรรเสริญ หรือทรัพย์สิน ฐานะ เกียรติ ไม้ตรี ชีวิตคู่ครองที่เป็นสุข เป็นต้น

๒) ประโยชน์ภายหน้า เรียกว่า สัมปรายิกัตถะ แปลว่าประโยชน์เบื้องหน้าหรือเบื้องสูงหรือประโยชน์ที่ลึกล้ำยิ่งกว่าที่จะมองเห็นกันเฉพาะหน้า หรือผิวนอกในภายนอก เกี่ยวกับชีวิตด้านในหรือประโยชน์ด้านคุณค่าชีวิต เป็นจุดหมายขั้นสูงขึ้นไป หันมาให้คุณค่าแก่คุณธรรมความดีงาม รู้จักการทำด้วยความไฝธรรม รักความดีงาม รักคุณภาพของชีวิตและความเจริญอกงามของจิตใจ

๓) ประโยชน์สูงสุด เรียกว่า ปรมัตถะ หรือประโยชน์ที่เป็นสาระแท้จริงของชีวิต เป็นจุดหมายสูงสุดหรือที่หมายขั้นสุดท้าย ได้แก่ การรู้แจ้งสภาวะของสิ่งทั้งหลายตามความเป็นจริง รู้เท่าทันคตินิพพานของสังขารธรรม ไม่ตกเป็นทาสของโลกและชีวิต มีจิตใจเป็นอิสระโปร่งโล่งผ่องใส ไม่ถูกบีบคั้นคับข้องจำกัดด้วยความยึดติดถือมั่นห่วงหวาดของตนเอง ปราศจากกิเลสเผาลนที่

^{๒๖} ที.ปา.ฎีกา ๑๑/๑๖๐/๑๐๐.

ทำให้เศร้าหมองขุ่นมัว อยู่อย่างไรทุกข์ ประจักษ์แจ้งความสุขประณีตภายในที่สะอาดบริสุทธิ์ สิ้นเชิงอันประกอบพร้อมด้วยความสงบเยือกเย็นสว่างไสวเบิกบานโดยสมบูรณ์ เรียกว่า วิมุตติ และนิพพาน ดังนั้น ในการสอนที่เกี่ยวกับจุดหมาย ๓ ขั้นนี้ แทนที่ระบบปฏิบัติของมรรค จะถูกจัด ขึ้นตอนออกมาในรูปของไตรสิกขา คือ ศีล สมาธิ ปัญญา

สรุปความเข้าใจโดยนัย อรรถ ๓ ทั้งสองหมวด จึงรวมเข้าเป็นชุดเดียวกันได้ดังนี้

๑) **อัตตัตถะ** ประโยชน์ตน จำแนกได้เป็น ๓ ระดับ คือ ทิฐฐัมมิกัตถะ ประโยชน์ ปัจจุบัน หรือจุดหมายขั้นต้น สัมปรายิกัตถะ ประโยชน์เบื้องต้น หรือจุดหมายที่สูงหรือลึกล้ำขึ้นไป

๒) **ปรัตถะ** ประโยชน์ผู้อื่น จำแนกได้เป็น ๓ ระดับคือ

๒.๑. ทิฐฐัมมิกัตถะ ประโยชน์ปัจจุบัน หรือจุดหมายขั้นต้น

๒.๒. สัมปรายิกัตถะ ประโยชน์เบื้องต้น หรือจุดหมายที่สูงหรือลึกล้ำขึ้นไป

๒.๓. ปรมัตถะ ประโยชน์อย่างยิ่ง หรือจุดหมายสูงสุด

๓) **อุภยัตถะ** ประโยชน์ทั้งสองฝ่าย หรือจุดหมายร่วมกัน ได้แก่ ประโยชน์หรือจุดหมาย ทุกอย่างที่เกิดขึ้นแก่การบำเพ็ญและการบรรลุอัตตัตถะ หรือปรัตถะของทุกคน ในระดับทั้งสามที่ กล่าวมาแล้ว^{๒๗}

๔) **มรรคในฐานะไตรสิกขา**

มรรคในฐานะไตรสิกขา เป็นความเข้าใจเบื้องต้นที่สำคัญมีเนื้อหาที่สอดคล้องกับ หัวข้อในการวิจัยในครั้งนี้ แนวทางการดำเนินชีวิตตามหลักมรรคมีองค์ ๘ ซึ่งเป็นหลักปฏิบัติครบ องค์ ๘ ในระดับปฏิบัติ ๓ หมวด ที่เรียกว่า ไตรสิกขา ดังพุทธพจน์ตรัสไว้ว่า

ท่านวิสาขะผู้มีอายุ กองธรรม ๓ หมวดสงเคราะห์ด้วยอริยอัฏฐังคิกมรรคหามีได้ , อริยอัฏฐังคิกมรรคต่างหาก สงเคราะห์ด้วยกองธรรม ๓, สัมมาวาจาที่ดี สัมมากัมมันตะที่ดี สัมมาอาชีวะที่ดี ธรรมเหล่านี้สงเคราะห์เข้าด้วยศีลขันธ์ , สัมมาวาจาเยที่ดี สัมมาสติที่ดี สัมมาสมาธิที่ดีธรรมเหล่านี้สงเคราะห์เข้าด้วยสมาธิ ขันธ์ สัมมาทิฐิที่ดี สัมมาสังกัปปะ ก็ดี ธรรมเหล่านี้สงเคราะห์เข้าด้วยปัญญาขันธ์^{๒๘}

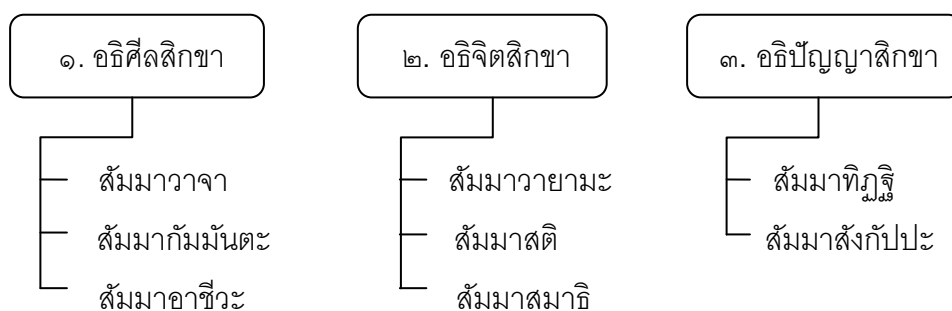
^{๒๗} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), พุทธธรรมฉบับปรับปรุงและขยายความ , หน้า ๕๙๙ -

๖๐๐.

^{๒๘} ม.ญ. (ไทย) ๑๒/๔๖๒/๕๐๓.

ไตรสิกขานั้นถือว่าเป็นระบบการปฏิบัติธรรมที่ครบถ้วนสมบูรณ์ มีขอบเขตครอบคลุมมรรคทั้งหมด และเป็นการนำเอาเนื้อหาของมรรคไปใช้อย่างหมดสิ้นบริบูรณ์ จึงเป็นหมวดธรรมมาตรฐานสำหรับแสดงหลักการปฏิบัติธรรม และมักใช้เป็นแม่บทในการขยายวิธีปฏิบัติธรรม ในที่นี้ขอกล่าวสรุปว่า มรรคเป็นระบบการปฏิบัติธรรมทั้งหมดในแง่เนื้อหา ฉะนั้น ไตรสิกขาก็เป็นระบบการปฏิบัติธรรมทั้งหมดในแง่การใช้งาน ฉะนั้น และไตรสิกขาเป็นระบบที่รับช่วงหลักปฏิบัติจากมรรคไปกระจายออกสู่วิธีปฏิบัติในส่วนรายละเอียดอย่างกว้างขวางต่อไป มรรคประกอบขึ้นด้วยองค์ ๘ ประการรวมกัน และผู้ปฏิบัติธรรมก็ต้องใช้องค์ทั้ง ๘ ของมรรคเนื่องไปด้วยกันโดยตลอด

เพื่อให้มองเห็นเป็นหมวดหมู่ อันจะช่วยเสริมความเข้าใจให้ชัดเจนยิ่งขึ้น องค์ประกอบทั้ง ๘ ของมรรคจัดเป็นประเภทๆ เรียกว่า ชั้น หรือ ธรรมชั้น แปลว่าหมวดธรรมหรือกองธรรม มี ๓ ชั้น หรือ ๓ ธรรมชั้น กล่าวคือ ศีลชั้น สมาธิชั้น และปัญญาชั้น เรียกง่ายๆ ว่า ศีล สมาธิ ปัญญา โดยจัด สัมมาวาจา สัมมากรรมันตะ และสัมมาอาชีวะเข้าเป็นหมวดศีล จัดสัมมาวายามะ สัมมาสติ และสัมมาสมาธิ เข้าเป็นหมวดสมาธิ จัดสัมมาทิฐิ และสัมมาสังกัปปะ เข้าเป็นหมวดปัญญา เรียกชื่อว่า สิกขา ๓ หรือ ไตรสิกขา มีชื่อเรียกอีกอย่างหนึ่งว่า อธิศีลสิกขา อธิจิตตสิกขา อธิปัญญาสิกขา และโดยทั่วไป ก็เรียกกันง่ายๆ สั้นๆ ว่า ศีล สมาธิ และปัญญา สอดคล้องกับธรรมชั้น ๓ นั่นเอง ทั้งนี้เพราะเมื่อถือตามความหมายโดยย่อ อธิศีล ก็คือ ศีล อธิจิตต ก็คือ สมาธิ และอธิปัญญา ก็คือ ปัญญา^{๒๙} (ดังแผนภูมิ)



กล่าวโดยสรุปความเข้าใจเบื้องต้นเกี่ยวกับมรรค ซึ่งผู้วิจัยได้ศึกษาวิเคราะห์จากพุทธพจน์ดังกล่าวข้างต้น เกี่ยวกับมรรคโดยนัยได้ ๘ ประเด็น คือ มรรคในฐานะมัชฌิมาปฏิปทา มรรค

^{๒๙} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), พุทธธรรมฉบับปรับปรุงและขยายความ , หน้า ๖๐๒ -

ในฐานะปฏิบัติหรือทางชีวิตของบรรพชิตและคฤหัสถ์ มรรคในฐานะหลักปฏิบัติเนื่องด้วยสังคัม มรรคในฐานะทางให้ถึงความสิ้นกรรม มรรคในฐานะนาวาข้ามฝั่งที่ต้องปล่อยวาง มรรคในฐานะ พรหมจรรย์หรือพุทธจริยธรรม มรรคในฐานะมรรคาสู่จุดหมายชั้นต่างๆ ของชีวิต และมรรคในฐานะ ไตรสิกขา แห่งอริยสัจ ๔ คือ มรรค (ทางแห่งความดับทุกข์ ซึ่งสอดคล้องกับมรรคในฐานะ มัชฌิมาปฏิปทา ความเป็นทางสายกลาง (The Middle Path หรือ Middle Way) ซึ่งมี องค์ประกอบ ๘ ประการ ได้แก่

๑) สัมมาทิฐิ เห็นชอบ (Right View หรือ Right Understanding)

๒) สัมมาสังกัปปะ ดำริชอบ (Right Thought)

๓) สัมมาวาจา วาจาชอบ (Right Speech)

๔) สัมมากัมมันตะ กระทำชอบ (Right Action)

๕) สัมมาอาชีวะ เลี้ยงชีพชอบ (Right Livelihood)

๖) สัมมาวายามะ พยายามชอบ (Right Effort)

๗) สัมมาสติ ระลึกรู้ชอบ (Right Mindfulness)

๘) สัมมาสมาธิ จิตมั่นชอบ (Right Concentration)^{๓๐}

และสอดคล้องกับมรรคในฐานะไตรสิกขา หรือสิกขา ๓ เป็นการจัดองค์ประกอบทั้ง ๘ ประการของ มรรค เข้าเป็นหมวดหมู่เป็น ๓ หมวด ได้แก่ หมวดศีล หมวดสมาธิ และหมวดปัญญา ดังนี้

ไตรสิกขา	มรรคมองค์ ๘
หมวดปัญญา	๑. สัมมาทิฐิ ๒. สัมมาสังกัปปะ
หมวดศีล	๓. สัมมาวาจา ๔. สัมมากัมมันตะ ๕. สัมมาอาชีวะ
หมวดสมาธิ	๖. สัมมาวายามะ ๗. สัมมาสติ ๘. สัมมาสมาธิ

^{๓๐} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงและขยายความ , หน้า ๖๐๑ -

มรรค มีชื่อเต็มว่า อริยอัฏฐังคิกมัคค์ (อริย + อัฏฐังคิก + มัคค์) เรียกเป็นไทยว่า อริย-
อัฏฐังคิกมรรค บ้าง อริยอัษฎางคิกมรรค บ้าง อารยอัษฎางคิกมรรค บ้าง แปลว่า ทางมีองค์แปด
ประการอันประเสริฐ ทางมีองค์ ๘ ของพระอริยะ ทางมีองค์ ๘ ที่ทำให้ปุถุชนเป็นพระอริยะ ทางมี
องค์ ๘ ที่พระอริยะคือพระพุทธเจ้าทรงค้นพบ หรือมรรคอันประเสริฐมีองค์ประกอบ ๘ อย่าง องค์
หรือองค์ประกอบ ๘ อย่าง หรือเรียกว่า “มรรคมืดองค์ ๘” ซึ่งมีความหมายชัดเจนหมายถึง ทางสาย
เดียวที่มีส่วนประกอบ ๘ อย่าง หรือเรียกว่า “อริยมรรคมืดองค์ ๘” ดังต่อไปนี้

๑) สัมมาทิฐิ หมายถึง ความเห็นชอบ ได้แก่ ความรู้ในทุกข์ (ความทุกข์) ความรู้ใน
ทุกขสมุทัย (เหตุเกิดแห่งทุกข์) ความรู้ในทุกขนิโรธ (ความดับแห่งทุกข์) ความรู้ในทุกขนิโรธคามินี
ปฏิปทา (ข้อปฏิบัติให้ถึงความดับแห่งทุกข์)

๒) สัมมาสังกัปปะ หมายถึง ความดำริชอบ ได้แก่ ความดำริในการออกจากกาม
ความดำริในการไม่พยายาบท ความดำริในการไม่เบียดเบียน

๓) สัมมาวาจา หมายถึง วาจาชอบ ได้แก่ เจตนาเป็นเหตุงดเว้นจากการพูดเท็จ
เจตนาเป็นเหตุงดเว้นจากการพูดส่อเสียด เจตนาเป็นเหตุงดเว้นจากการพูดคำหยาบ เจตนาเป็น
เหตุงดเว้นจากการพูดเพ้อเจ้อ

๔) สัมมากัมมันตะ หมายถึง การงานชอบ ได้แก่ เจตนาเป็นเหตุงดเว้นจากการฆ่า
สัตว์ เจตนาเป็นเหตุงดเว้นจากการถือเอาสิ่งของที่เจ้าของเขาไม่ได้ให้ เจตนาเป็นเหตุงดเว้นจาก
การประพฤติผิดในกาม

๕) สัมมาอาชีวะ หมายถึง การเลี้ยงชีพชอบ ได้แก่ อริยสาวกในธรรมวินัยนี้ละมิจา
อาชีวะแล้ว สำเร็จการเลี้ยงชีพด้วยสัมมาอาชีวะ

๖) สัมมาวายามะ หมายถึง ความเพียรชอบ ได้แก่

๖ .๑) สร้างฉันทะ พยายาม ปราบภคความเพียร ประคองจิต มุ่งมั่น เพื่อป้องกันบาป
อกุศลธรรมที่ยังไม่เกิดมิให้เกิดขึ้น

๖ .๒) สร้างฉันทะ พยายาม ปราบภคความเพียร ประคองจิต มุ่งมั่น เพื่อละบาปอกุศล
ธรรมที่เกิดขึ้นแล้ว

๖ .๓) สร้างฉันทะ พยายาม ปราบภคความเพียร ประคองจิต มุ่งมั่น เพื่อทำกุศลธรรมที่
ยังไม่เกิดขึ้นให้เกิดขึ้น

๖ .๔) สร้างฉันทะ พยายาม ปราบภคความเพียร ประคองจิต มุ่งมั่น เพื่อความดำรงอยู่
ไม่เลือนหาย ภิญโญภาพ ไพบูลย์ เจริญเต็มทีแห่งกุศลธรรมที่เกิดขึ้นแล้ว

๗) สัมมาสติ หมายถึง การระลึกชอบ ได้แก่

- ๗ .๑) พิจารณาเห็นกายในกายอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ กำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกได้
- ๗ .๒) พิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาทั้งหลายอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ กำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกได้
- ๗ .๓) พิจารณาเห็นจิตในจิตอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ กำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกได้
- ๗ .๔) พิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลายอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ กำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกได้

๘) สัมมาสมาธิ หมายถึง ความตั้งใจมั่นชอบ ได้แก่

- ๘ .๑) สงัดจากกามและอกุศลธรรมทั้งหลาย บรรลุปฐมฌานที่มีวิตก มีวิจาร์ มีปีติ และสุขอันเกิดจากวิเวกอยู่
- ๘ .๒) เพราะวิตกวิจาร์สงบระงับไป บรรลุตติยฌานที่มีความผ่องใสภายใน มีภาวะที่จิตเป็นหนึ่งผุดขึ้น ไม่มีวิตก ไม่มีวิจาร์ มีแต่ปีติและสุขอันเกิดจากสมาธิอยู่
- ๘ .๓) เพราะปีติจากคลายไป มีจิตเป็นอุเบกขา มีสติ มีสัมปชัญญะอยู่ และเสวยสุขด้วยกาย (นามกาย) บรรลุตติยฌานที่พระอริยะทั้งหลายกล่าวสรรเสริญว่า ‘ผู้มีอุเบกขา มีสติ อยู่เป็นสุข’
- ๘.๔) เพราะละสุขและทุกข์ได้ เพราะโสมนัสและโทมนัสดับไปก่อนแล้ว บรรลุ จตุตถฌานที่ไม่มีทุกข์ไม่มีสุข มีสติบริสุทธิ์เพราะอุเบกขาอยู่^{๑๑}

กล่าวโดยสรุป องค์ประกอบของมรรค โดยนัยมรรคในฐานะไตรสิกขา หมวดศีล หมวดสมาธิ และหมวดปัญญา หรือเรียกว่า อริยมรรค หรือมรรคมีองค์ ๘ ประกอบด้วยองค์ประกอบ ๘ ประการ คือ หมวดปัญญา องค์มรรคข้อที่ ๑ สัมมาทิฏฐิ องค์มรรคข้อที่ ๒ สัมมาสังกัปปะ หมวดศีล องค์มรรคข้อที่ ๓ สัมมาวาจา องค์มรรคข้อที่ ๔ สัมมากัมมันตะ องค์มรรคข้อที่ ๕ สัมมาอาชีวะ หมวดสมาธิ องค์มรรคข้อที่ ๖ สัมมาวายามะ องค์มรรคข้อที่ ๗ สัมมาสติ องค์มรรคข้อที่ ๘ สัมมาสมาธิ

^{๑๑} ที.ม.(ไทย) ๑๐/๒๖๑-๒๖๒/๑๙๔.

๓.๒ วิธีการปฏิบัติตามอริยมรรคมีองค์ ๘

หลักการดำเนินชีวิตตามหลักทางสายกลางและจุดมุ่งหมาย ในพระวินัยปิฎก มหาวรรค ได้กล่าวถึงการแสดงธรรม อัมมจักรกัปปวัตตสูตรของพระพุทธเจ้าแก่อภิกษุปัญจวัคคีย์ ความว่า อภิกษุทั้งหลาย ที่สุด ๒ อย่าง ที่บรรพชิตไม่พึงเสพ ได้แก่^{๓๒}

- ๑) กามสุขัลลิกานุโยค ในกามทั้งหลาย (การหมกมุ่นอยู่ด้วยกามสุขในกามทั้งหลาย เป็นธรรมอันทราม เป็นของชาวบ้าน เป็นของปฤชชนไม่ใช่ของพระอริยะ ไม่ประกอบด้วยประโยชน์
- ๒) อตตกิลมณานุโยค (การประกอบความลำบากเดือดร้อนแก่ตน) เป็นทุกข์ ไม่ใช่ของพระอริยะ ไม่ประกอบด้วยประโยชน์

อภิกษุทั้งหลาย มัชฌิมาปฏิปทาไม่เอียงเข้าใกล้ที่สุด ๒ อย่างนั้น ตถาคตได้ตรัสรู้ อันเป็น ปฏิปทาก่อให้เกิดจักขุ ก่อให้เกิดญาณ เป็นไปเพื่อความสงบ เพื่อความรู้ยิ่ง เพื่อความตรัสรู้ เพื่อพระนิพพาน อภิกษุทั้งหลาย ก็มัชฌิมาปฏิปทาที่ตถาคตได้ตรัสรู้แล้ว อันเป็นปฏิปทาก่อให้เกิดจักขุ ก่อให้เกิดญาณเป็นไป เพื่อความสงบ เพื่อความรู้ยิ่ง เพื่อความตรัสรู้ เพื่อพระนิพพานนั้นเป็นไฉน มัชฌิมาปฏิปทานั้น ได้แก่ อริยมรรคมีองค์ ๘ ประการ คือ

- ๑) สัมมาทิฏฐิ คือ ความเห็นชอบ ๒) สัมมาสังกัปปะ คือ ความดำริชอบ
- ๓) สัมมาวาจา คือ การเจรจาชอบ ๔) สัมมากัมมันตะ คือ การกระทำชอบ
- ๕) สัมมาอาชีวะ คือ การเลี้ยงชีพชอบ ๖) สัมมาวายามะ คือ ความ พยายามชอบ
- ๗) สัมมาสติ คือ การระลึกชอบ ๘) สัมมาสมาธิ คือ ความตั้งจิตมั่นชอบ

อภิกษุทั้งหลายนี้ คือ มัชฌิมาปฏิปทานั้น ที่ตถาคตได้ตรัสรู้แล้ว อันเป็นปฏิปทาก่อให้เกิด จักขุ ก่อให้เกิดญาณ เป็นไปเพื่อความสงบ เพื่อความรู้ยิ่ง เพื่อความตรัสรู้ เพื่อพระนิพพาน^{๓๓}

^{๓๒} ส.ม. (ไทย) ๑๙/๑๐๘๑/๓๖๗ ; พ.ป. (ไทย) ๓๑/๓๐/๓๕๘.

^{๓๓} วิ.ม. (ไทย) ๔//๑๓/๒๑.

จากข้อความดังกล่าวข้างต้น พระพุทธองค์ได้ตรัสถึงคำว่า “มัชฌิมาปฏิปทา” ซึ่งความหมายโดยนัยตามศัพท์ คำว่า “มัชฌิมา” หมายถึง กลาง และ “ปฏิปทา” หมายถึง แนวทางแห่งความประพฤติปฏิบัติ เช่น ปฏิปทาของพระอรหันต์ หมายถึง การปฏิบัติตนของพระอรหันต์^{๓๔} รวมความโดยความหมายของคำว่า มัชฌิมาปฏิปทา หมายถึง แนวทางปฏิบัติตามหลักทางสายกลางที่ประกอบด้วยองค์ ๘ ประการ เรียกว่า “อริยมรรค” หรือมรรคมืองค์ ๘ เป็นทางสายเดียวไปสู่จุดๆ เดียว คือ ความดับทุกข์โดยสิ้นเชิงนั่นเอง

ปฏิบัติเพื่อให้ได้มาซึ่งความว่างจากกิเลส คือเป็นสันติสุข ซึ่งเป็นทางมาแห่งสันติสุข มัชฌิมาปฏิปทานี้ แปลว่า ทางสายกลาง มัชฌิมาปฏิปทา มีคำว่า “กลาง” รวมอยู่ด้วย ฉะนั้น ถ้าว่าไม่ใช่ทางสายกลางก็ไม่ใช่ทางพุทธศาสนา ทางที่เอียงไปซ้ายหรือเอียงไปขวาก็ตาม ไม่ใช่พุทธศาสนา ทางพุทธศาสนาจะต้องเป็นกลาง คือไม่เอียงซ้ายเอียงขวา ถ้าเรียกอย่างสมัยใหม่เรียกว่า ปรับให้ได้ ที่ หรือ *adjust* ให้พอเหมาะพอดีกัน คือว่าทางนั้นต้องปรับหน่อย ทางนี้ต้องปรับหน่อย ทุก ๆ ทางให้พอเหมาะพอดีกาลเวลา เหตุการณ์ สถานที่ เหล่านี้เรียกว่า ทางสายกลาง ได้เหมือนกัน คือจะวางหลักลงไปตายตัวว่าอย่างใดอย่างหนึ่งนั้นไม่ได้

พระมหาจรรยา สุทธิญาณ ได้สรุปหลักการปฏิบัติเพื่อความบริสุทธิ์ หรือสัมมาปฏิบัติตามทางสายกลาง หรือมัชฌิมาปฏิปทา ไว้ดังนี้

หลักธรรมสำคัญที่จะมาเป็นเจ้าเรือนนำหน้าธรรมอื่นทั้งปวงคือ ปัญญา ศีล และสมาธิตามลำดับ ทั้งปัญญา ศีลและสมาธิ เป็นการเรียงลำดับเพื่อให้เกิดความเข้าใจง่ายในเชิงวิชาการแต่ในทางปฏิบัติ ทั้งปัญญา ศีล และสมาธิต้องปฏิบัติไปพร้อมๆ กันอย่างผสมผสาน เชื่อมโยงอิงอาศัยกัน และกันอย่างใกล้ชิดสนิทแน่น ไม่แยกส่วน จึงจะเป็นกระบวนการปฏิบัติเพื่อความดับทุกข์ พระพุทธเจ้าทรงแสดงสัมมาปฏิบัติ คือข้อปฏิบัติอย่างละเอียดถูกต้องที่ขยายความปัญญา ศีล และสมาธิที่เรียกกันว่าอริยมรรค มืองค์แปดประกอบด้วย

สัมมาทิฐิ คือความเห็นที่ถูกต้องว่า เหตุแห่งความทุกข์ที่สำคัญคือตัณหา และตัณหาก็มิได้เกิดขึ้นมาลอยๆ ต้องมีกระบวนการเกิดตัณหา และเมื่อตัณหาเกิดแล้วนำไปสู่อุปทานและกระบวนการเกิดแห่งทุกข์อย่างสมบูรณ์ และเห็นว่ากระบวนการเกิดทุกข์จะหมดไปเมื่ออวิชชาสิ้นไป เมื่อปัญญาเกิดมาแทนอวิชชาดับไป กระบวนการแห่งทุกข์ก็หมดไป เมื่อแสงสว่างส่องมาความมืด

^{๓๔} นววรรณ พันธเมธา, **คู่มือการใช้ภาษาไทยแนวใหม่**, พิมพ์ครั้งที่ ๒, (กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์อมรินทร์พริ้นติ้งแอนด์พับลิชชิ่ง จำกัด (มหาชน), ๒๕๔๗), หน้า ๔๓๖.

ก็หายไป ความเห็นถูกต้องดังกล่าว เป็นกุญแจสำคัญที่จะนำไปสู่การทำลายเหตุแห่งทุกข์อย่างถาวรากถอนโคน

สัมมาสังกัปปะ ความดำริหรือความคิดที่ถูกต้อง คือความคิดที่มีปัญญาเป็นแสงสว่างนำหน้า มิให้กระบวนการค้นหาตั้งต้นได้ พระพุทธเจ้าได้แสดงสัมมาสังกัปปะไว้ว่า เป็นความดำริที่ไม่หมกมุ่นในกาม พยาบาทและการเบียดเบียน ซึ่งเป็นกระบวนการทางจิตที่เห็นได้ชัดว่า ถ้าความดำรินอกกามเกิดขึ้นเต็มที่ กามตัณหาและภวตัณหาก็ก่อเกิดขึ้น ถ้าความดำรินั้นไม่สมหวังก็จะเปลี่ยนเป็นความโกรธ พยาบาท และเบียดเบียน ซึ่งก็คือ วิภวตัณหา นั่นเอง สัมมาสังกัปปะจึงเป็นความดำริที่สอดคล้องกับสัมมาทิฐิที่มีให้กระบวนการแห่งทุกข์ ตามระบบปฏิจจสมุปบาทเกิดขึ้นได้ เปลี่ยนทางแห่งความดำริผิดที่นำโดยกามให้มาเป็นการดำริออกจากกาม ไม่พยาบาทและไม่เบียดเบียน

สัมมาวาจา การสื่อสารที่ถูกต้อง ดังามเป็นไปเพื่อความไม่ทุกข์ กล่าวคือไม่สื่อสารด้วยจิตใจที่ห่อหุ้มไปด้วยตัณหา ไม่พูดเพื่อตอบสนองต่อตัณหา ไม่พูดเพื่อแสวงหาสิ่งที่จะมาบำรุงบำเรอ ตัณหาแต่พูดเพื่อความเข้าใจด้วยการไม่พูดเท็จ ไม่พูดคำหยาบ ไม่พูดส่อเสียด ไม่พูดเพ้อเจ้อ เพราะคำพูดเหล่านี้ล้วนปรุงแต่งออกมาขณะที่ตัณหาอัดแน่นอยู่เต็มหัวใจ เมื่ออดเว้นจากคำพูดดังกล่าวสื่อสารบนพื้นฐานของความจริงอย่างถูกต้อง เหมาะสมกับกาลเทศะและที่สำคัญผู้รับสารจากการสื่อสารรับแล้วฉลาดสงบเย็นเป็นประโยชน์จึงเรียกว่าเป็นการพูดจาถูกต้อง

สัมมากัมมันตะ การทำงานถูกต้อง คือ การงานที่ไม่เป็นที่ตั้งของอวิชชาตัณหาอุปาทาน แต่ดูการทำงานเป็นกิจกรรมอย่างหนึ่งของการปฏิบัติธรรม ทำงานไปดับกิเลสไป เพราะในงานมีสติ มีปัญญา มีสมาธิ มีศีลอยู่อย่างครบถ้วนจึงต้องเชื่อมโยงวิถีชีวิตกับวิถีธรรมเข้าด้วยกันประสานกันอย่างกลมเกลียว งานก็ได้ใจก็บริสุทธิ์ เพราะยังทำงาน ธรรมะยังออกงาม เพราะงานนั้นมีสติและปัญญาเป็นแสงสว่างนำทางตลอดเวลา

สัมมาอาชีวะ การประกอบอาชีพที่ถูกต้อง ซึ่งรวมทั้งการทำงานและการเลือกอาชีพและการใช้จ่ายทรัพย์ที่ได้มาจากการประกอบอาชีพอย่างถูกต้องเหมาะสมคุ้มค่า การงานอาชีพที่เอื้อเพื่อการดับทุกข์ต้องเป็นอาชีพที่ทำไปเพื่อเลี้ยงกายและเลี้ยงใจให้มีสุขภาพดีพอๆ กัน กล่าวคือให้ร่างกายแข็งแรงพอที่จะต้านทานโรคภัยไข้เจ็บและจิตใจแข็งแรงพอจะต่อต้านการรุกรานของกิเลส ร่างกายสมบูรณ์ไร้โรคภัยเบียดเบียนใจสมบูรณ์ไร้กิเลสมารบกวน

สัมมาวายามะ ความพากเพียรถูกต้อง คือ พากเพียรที่จะขจัดกิเลสที่เกิดขึ้นแล้ว หรือเคยเกิดให้หมดไป ระงับกิเลสที่จะเกิดใหม่มิให้เกิดขึ้นอีก เมื่อจิตว่างจากการรบกวนของกิเลสก็ถือโอกาสทำปัญญา ศีลและสมาธิให้มีมากขึ้นตามลำดับ เพื่อปิดช่องทางของกิเลสที่จะเข้าไปรบกวน

ใจ แม้ว่าจะสร้างกุศลคือ ปัญญา ศีล และสมาธิ ให้เข้มแข็งได้ตามความเหมาะสมแล้วแต่ถ้ายังไม่มั่นคงจริง เสริมสันติเตตชาตจริงๆ ก็ยังประมาณไม่ได้จะต้องหมั่นประกอบกุศลอยู่เนืองๆ

สัมมาสติ คือ ความรู้สึกตัวทั่วพร้อมอย่างถูกต้อง เป็นนายทวารสำคัญที่จะเฝ้าดูอาคันตุกะที่เข้ามาเยี่ยมเยียนใจ สติจึงต้องทำหน้าที่ตามดูตามรู้ตามเห็นอย่างใกล้ชิดในกาย ทั้งกายคือกองลม กายคือกองชาติสีและกายคือตัวกูซึ่งเป็นต้นตอของความทุกข์ทั้งปวง ตัวกูเกิดมาแล้ว กระบวนการเกิดทุกข์ก็เกิดมาบนความรู้สึกแห่งความมีตัวกูของกูนั่นเอง ความรู้สึกสำคัญมันหมายความว่าตัวกูหรือของกูเหมือนกล่องบรรจุข้อมูลแหล่งความทุกข์ทั้งปวง ถ้ากล่องนี้ไม่มีข้อมูลแห่งทุกข์ ทุกข์ก็มิได้มีหน้าที่สำคัญของสติ คือระมัดระวังไม่ให้เกิดการปรุงแต่งกายใดกายหนึ่งว่าเป็นตัวกูแต่รักษาธรรมชาติอันบริสุทธิ์เอาไว้

สติทำหน้าที่คอยดูความรู้สึกที่เป็นไปตามธรรมชาติ ว่ามีต้นเหตุแทรกเข้ามาบ้างหรือไม่ ถ้าต้นเหตุแทรกคราวใดความรู้สึกที่เป็นหน้าที่ของจิตชนิดหนึ่งจะเสียความบริสุทธิ์ทันที รากของต้นเหตุจะเริ่มงอกออกมาเมื่อรู้สึกว่ พอใจหรือไม่พอใจ ทั้งกามตัณหา ภวตัณหา และวิภวตัณหา ก็เกิดตามมาทันที มีบวมมีลบสวิงสวายวุ่นวายตึงเครียด หัวเราะและร้องไห้ แต่ถ้าสติมาทัน ความพอใจและไม่พอใจดับไป ใจปกติทำหน้าที่ตามธรรมชาติอันบริสุทธิ์อย่างมีประสิทธิภาพ สติยังทำหน้าที่ดูแลจิตให้ปกติ ไม่ฟูไม่แฟบ ไม่ขึ้นไม่ลงเพราะถูกโลกธรรมทั้งฝ่ายที่น่าพอใจและไม่น่าพอใจมากกระทบ นอกจากทำหน้าที่ดูจิตแล้วยังดูธรรม คือ ธรรมชาติที่เกิดกับจิตว่าเป็นกุศลหรืออกุศล มีคุณหรือมีโทษทำลายหรือรักษาความบริสุทธิ์ของจิตมากน้อยเพียงใด สติเป็นกุญแจดอกสำคัญที่จะกลั่นกรองกระบวนการทำงานของจิตให้เป็นไปอย่างมีดุลยภาพ

สัมมาสมาธิ ความมั่นคงแห่งจิตอย่างถูกต้อง คือ มั่นคงหนักแน่นจนสามารถทำงานสอดคล้องประสานกับปัญญาจัดต้นเหตุได้อย่างรวดเร็วทันทั่วทั้งที่ สัมมาสมาธิ ทำหน้าที่ปกป้องรักษาความบริสุทธิ์ของจิต ความมั่นคงของจิต และความอ่อนโยนยืดหยุ่นของจิต ที่พร้อมจะทำหน้าที่รับรู้ในเรื่องราวต่างๆ อย่างไม่หวั่นไหวเปราะเปื้อน สัมมาสมาธิที่สูงสุดก็คือความสงบใจอยู่ในอารมณ์เดียวไม่หวั่นไหวออกแวกไปเพราะความพอใจหรือความไม่พอใจมากกระทบ มีสติสัมปชัญญะทำงานร่วมกันอย่างไม่ขาดตกบกพร่อง เป็นความมั่นคงที่สมบูรณ์สามารถเผชิญหน้าอารมณ์ได้ทุกชนิดแต่ไม่ติดอารมณ์ใดๆ เหมือนใบบัวสามารถอยู่ในน้ำก็ได้บรรจุน้ำก็ได้แต่น้ำไม่ซึมซาบ ไม่ติดใบบัว จิตของผู้ที่เห็นโทษของต้นเหตุแล้วหาหนทางออกจากต้นเหตุได้ด้วยการทำกาย วาจา และใจให้ถูกต้องด้วยการตัดรากถอนโคนมิให้ต้นเหตุเกิดอีก ความทุกข์จะเกิดอีกไม่ได้ ทางเส้นนี้เป็นอิสระจากบวกลบหรือเรียกว่าทางสายกลางคือไม่ติดทั้งบวกลบและลบ ไม่ติด

อยู่กับความพอใจหรือไม่พอใจ แต่หลุดพ้นไปจากชั่วทั้งสองดำรงมั่นอยู่ในความเป็นปกติมีพลัง มั่นคงไม่เป็นบ่อเกิดแห่งตัณหาได้เพราะไม่มีเงื่อนไขใด ๆ ให้ตัณหาเกิดได้^{๓๕}

พระธรรมปิฎก ได้กล่าวถึงหลักการดำเนินชีวิตตามทางสายกลาง ไว้ว่าในทางปฏิบัติ มนุษย์มักจะหันไปหาความสุดโต่ง ให้ความสำคัญแก่การบำรุงบำเรอ ร่างกายมาก และในยุคนั้น คนก็ไม่เห็นความสำคัญของจิตเลย ซึ่งทางพระพุทธศาสนาเรียกว่าเป็น กามสุขัลลิกานุโยค คนบางพวกก็มีความรู้สึกเบื่อหน่าย รังเกียจความสุขทางร่างกายทางเนื้อหนัง แล้วก็เอียงไปทางด้านจิตใจ อย่างเต็มที่ บางทีถึงกับทรมานร่างกาย ยอมสละความสุขทางร่างกายโดยสิ้นเชิง เพื่อจะประสบผลสำเร็จในทางจิตใจ แล้วก็กลายเป็นการเสพติดทางจิตไปอีก พวกนี้อาจจะถึงกับทำการทรมานร่างกาย บำเพ็ญทุกรกิริยาอย่างที่เราเรียกว่า อุตตกิลมถานุโยค ซึ่งเราจะเห็นตัวอย่างแม้แต่ในสังคมปัจจุบัน คือในยุคเดียวสมัยเดียวกันจะมีความสุดโต่งทั้งสองอย่างนี้ แยกกันออกไปเป็นคนละขั้วนี้ เป็นการเอียงสุดในด้านปฏิบัติ

มัชฌิมาปฏิปทา ได้แก่ มรรคมรรค ๘ ซึ่งเป็นข้อปฏิบัติกลางๆ ไม่ตึงเกินไป ไม่หย่อนเกินไป พอดีที่จะนำไปสู่จุดหมายแห่งความมีชีวิตที่เที่ยงม อีกรูปอย่างหนึ่งสายกลางนั้นมีความหมายว่า พอดีนั่นเอง ตรงกับที่เรานิยมใช้กันในปัจจุบันว่า ดุลยภาพ หรือสมดุล ในพระพุทธศาสนานั้นข้อปฏิบัติต่างๆ มักจะมีลักษณะอย่างนี้ คือมีความพอดีหรือความสมดุล ระบบที่กล่าวถึงข้างต้นซึ่งเป็นข้อปฏิบัติทั้งหมดในทางพระพุทธศาสนา เราเรียกว่า มัชฌิมาปฏิปทา แปลว่า ข้อปฏิบัติที่พอดี ก็เป็นลักษณะที่มีดุลยภาพ หรือสมดุลอย่างหนึ่ง แต่เป็นความพอดีของระบบทั้งหมด หรือความพอดีในระบบรวม โดยทั่วไปจะเห็นว่าหลักธรรมพระพุทธศาสนาในทุกระดับมีเรื่องของความพอดี หรือความเป็นสายกลางนี้ ฉะนั้นความเป็นสายกลาง คือความพอดีที่จะให้ถึงจุดหมาย ที่จะให้ตรงกับความจริง ไม่ให้ไปสุดโต่ง เอียงสุด ซึ่งจะพลาดจากตัวความจริงไปนั้น จึงเป็นลักษณะทั่วไปอย่างหนึ่งของพุทธศาสนา^{๓๖}

กล่าวโดยสรุป หลักการดำเนินชีวิตตามทางสายกลาง เป็นหลักปฏิบัติในพระพุทธศาสนา เรียกว่า มรรค คือทางดำเนินชีวิตถือเป็นพรหมจริยะ คือเป็นจริยธรรมอันประเสริฐ รวมกันเป็นพรหมจริยะ คือ หลักการดำเนินชีวิตที่ประเสริฐ ซึ่งได้แก่ มรรคมรรค ๘ ประการ รวมเป็น

^{๓๕} พระมหาจรรยา สุทธิญาณ, พุทธวิธี, (กรุงเทพมหานคร: ธรรมสภา, ๒๕๔๘), หน้า ๑๖๖ - ๑๗๗.

^{๓๖} พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตโต), คำสอนเป็นกลาง ปฏิบัติสายกลาง, ลักษณะแห่งพระพุทธศาสนา, พิมพ์ครั้งที่ ๕, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์คุรุสภาลาดพร้าว, ๒๕๓๙), หน้า ๖ - ๑๒, ๕๗.

ส่วนประกอบ ๓ ส่วน คือ ศีล สมาธิ ปัญญา ถือได้ว่าเป็นมรรคในฐานะไตรสิกขา เพราะฉะนั้นการดำเนินชีวิตตามแนววิถีพุทธ เป็นการฝึกฝนพัฒนาด้านให้ดำเนินตามมรรค คือวิถีอันประเสริฐในการดำเนินชีวิตที่ดีงาม ในที่สุดก็จะบรรลุเป้าหมายแห่งชีวิตที่ดีงาม ตามหลักวาระ ในคำสอนขององค์สัมมาสัมพุทธเจ้ากำหนดคุณลักษณะ สังคมในอุดมคติไว้ดังนี้

- ๑) การมีลักษณะเป็นคนเลี้ยงง่าย หรือ สุภาโว
- ๒) การมีลักษณะเป็นคนบำรุงง่าย หรือ สุโปสะ
- ๓) การมีลักษณะมักน้อยในการแสวงหาสิ่งบำรุงบำเรอตัวเอง การเอาน้อย ลดไปหาความน้อย กล้าจน หรือ อปปีจจะ
- ๔) การมีลักษณะสันโดษ ยินดี พอใจ ในวัตถุสมบัติที่มีอยู่และพยายามมิให้น้อย แต่ไม่หยุดที่จะกระทำความดี และสร้างสรรค์ให้ยิ่งๆ ขึ้น หรือ สันตุฏฐิ
- ๕) การมีลักษณะของคนขัดเกลากิเลส ตัณหา ให้เบาบางลงทั้งของตนและทั้งของผู้อื่น หรือ สัลลหะ
- ๖) การมีลักษณะของคนมีศีลเคร่ง มีการกำจัดกิเลสแล้ว หรือ ฐตะ
- ๗) มีลักษณะของอาการที่น่าเลื่อมใส หรือ ปาสารทิกะ
- ๘) การมีลักษณะของคนไม่สะสมไม่มีปัจจัย ไม่มีเหตุให้ก่อโทษภัย ก่อความเสื่อมหรืออุปปัจจัย
- ๙) การมีลักษณะของความขยันหมั่นเพียร พัฒนาตนเองให้เจริญยิ่งๆ ขึ้นอยู่เสมอ หรือ วิริยารัมภะ^{๓๗}

๓.๓ อริยมรรคมีองค์ ๘ ในฐานะกรรมไม่ดำไม่ขาว มีวิบากไม่ดำไม่ขาว

กรรมไม่ดำไม่ขาว มีวิบากไม่ดำไม่ขาว หมายถึง การกระทำทางกาย ทางวาจา และทางใจใดๆ ที่ไม่ก่อให้เกิดความสุขหรือความทุกข์ หรือทั้งความสุขหรือความทุกข์ กล่าวคือ เป็นกรรมที่จะนำไปสู่สภาวะซึ่งอยู่เบื้องบนทั้งความสุขและความทุกข์ อันเป็นไปเพื่อความสิ้นกรรม หมายถึง เจตนาเพื่อละกรรมทั้งสามอย่างข้างต้น ซึ่งเป็นสภาวะที่ดับจนหมดสิ้นแล้วซึ่งกรรมทั้งปวง วิบากไม่ดำไม่ขาวนั้นก็คือ กรรมที่ทำเพื่อออกจากสังสารวัฏฏ์ ผลของมัน คือ พระนิพพาน

ในขั้นตอนการแบ่งกรรม พระพุทธองค์ทรงแบ่งกรรมออกเป็นกุศลกรรมและอกุศลกรรม บ้าง กายกรรม วจีกรรมและมโนกรรมบ้าง สำหรับกรรมในพระไตรปิฎก ๔ คู ได้แบ่งตามเจตนาของ

^{๓๗} วิ.ม.(ไทย)๑/๓๙/๒๔.

ผู้กระทำที่มีจุดมุ่งหมายไว้ ๔ ประการด้วยกัน การที่จัดกรรมไว้ ๔ คู่ เพื่อมุ่งให้เห็นถึงกรรมแต่ละอย่าง ไม่ว่าจะเป็น กุศลกรรม อกุศลกรรมก็ตาม ย่อมมีวิบากที่เป็นกุศลและอกุศลตามลักษณะของกรรมนั้น^{๓๔} การปฏิบัติตามอริยมรรคมีองค์ ๘ คือกรรมไม่ดำไม่ขาว มีวิบากไม่ดำไม่ขาว ได้แก่

สัมมาทิฐิ แปลว่า ความเห็นถูกต้อง หมายถึงความเห็นที่ถูกคลองธรรม เห็นตามความเป็นจริงเป็นความเห็นที่เกิดจาก โยนิโสมนสิการ ประกอบด้วยปัญญา สัมมาทิฐิ ที่เป็นอริยมรรคมีองค์ ๘ หมายถึง ความเห็นในอริยสัจ คือเห็นทุกข์ เห็นสมุทัย เห็นนิโรธ เห็นมรรคสัมมาทิฐิ ที่เป็นมโนสุจริต หมายถึง ความเห็นถูกต้อง ๑๐ อย่าง คือ เห็นว่าการให้ทานมีผลจริง หมายถึงการให้ในระดับแบ่งปันกัน การเคารพบูชามีผลจริง หมายถึงการยกย่องบูชาบุคคลที่ควรบูชามีผลดีจริง การบูชามีผลจริงหมายถึงการให้ในระดับสงเคราะห์กันมีผล ผลวิบากของกรรมดีกรรมชั่วมีจริง คุณของมารดา มีจริง หมายถึงมารดาที่มีพระคุณต่อบุตรอย่างยิ่ง บุตรควรตั้งใจตอบแทนพระคุณท่านอย่างเต็มที่ คุณของบิดามีจริง หมายถึง บิดามีพระคุณต่อบุตรอย่างยิ่ง บุตรควรตั้งใจตอบแทนพระคุณท่านอย่างเต็มที่ โลกนี้มี หมายถึง โลกนี้มีคุณเป็นอย่างยิ่ง เหมาะสำหรับใช้สร้างบุญบารมี โลกหน้ามี หมายถึง โลกหน้ามีจริง ตายแล้วไม่สูญ ความเป็นไปของโลกหน้า เป็นผลมาจากโลกนี้ พวกโอปปาติกะ (ผู้เกิดขึ้นเกิด) มี หมายถึง สัตว์ที่ผู้เกิดขึ้นเกิดแล้วโตทันทีมีจริง อาทิเช่น ในภูมิสุคติ ได้แก่ สัตว์นรก เปรต อสุรกาย ในภูมิสุคติ ได้แก่ เทวดา พรหม อรูปพรหม สมณพราหมณ์ผู้ปฏิบัติดีปฏิบัติชอบจนบรรลุมรรคผลนิพพาน รู้แจ้งเห็นจริงด้วยตนเองแล้วสอนให้ผู้รู้ตามด้วยมีจริง

สัมมาสังกัปปะ หมายถึง ดำริชอบ หรือความนึกคิดในทางที่ถูกต้อง เป็นหนึ่งใน มรรคมีองค์ ๘ สัมมาสังกัปปะ มี ๓ อย่าง ได้แก่ เนกขัมมสังกัปปิ (เนกขัมมวิตก) คือ ความดำริที่ปลอดจากโลภะ ความนึกคิดที่ปลอดโปร่งจากกาม ไม่หมกมุ่นพัวพันติดข้องในสิ่งสนองความอยากต่างๆ ความคิดที่ปราศจากความเห็นแก่ตัว ความคิดเสียสละ และความคิดที่เป็นคุณเป็นกุศลทุกอย่าง จัดเป็นความนึกคิดที่ปราศจากราคะหรือโลภะ อพยาบาทสังกัปปิ (พยาบาทวิตก) คือ ดำริในอันไม่พยาบาท ความดำริที่ไม่มีความเคียดแค้น ชิงชัง ขัดเคือง หรือเพ่งมองในแง่ร้ายต่างๆ โดยเฉพาะมุ่งเอาธรรมที่ตรงข้าม คือเมตตา ซึ่งหมายถึงความปรารถนาดี ความมีไมตรี ต้องการให้ผู้อื่นมีความสุข จัดเป็นความนึกคิดที่ปราศจากโทสะ อวิหิงสาสังกัปปิ (อวิหิงสาวิตก) คือ ดำริในอันไม่เบียดเบียน

^{๓๔} พระอุทัย จิรภูมิ (เอกสะพัง) , “ทัศนะเรื่องกรรมในพุทธศาสนาเถรวาทและปัญหาเรื่องกรรมในสังคมชาวพุทธไทยในปัจจุบัน” , **วิทยานิพนธ์พุทธศาสนตรมหาบัณฑิต** , (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย), ๒๕๓๔, หน้า ๑๖-๑๗.

ไม่มีการคิดทำร้ายหรือทำลาย โดยเฉพาะมุ่งเอาธรรมที่ตรงข้าม คือกรุณาซึ่งหมายถึงความคิด
ช่วยเหลือผู้อื่นให้พ้นจากความทุกข์ จัดเป็นความนึกคิดที่ปราศจากโทษ

กุศลวิตก ๓ ประการนี้ไม่กระทำความมีตน กระทำปัญญาจักขุ กระทำญาณ
ยังปัญญาให้เจริญ ไม่เป็นไปในฝักฝ่ายแห่งความคับแค้น เป็นไปเพื่อนิพพานสิ่งที่ตรงกันข้ามกับ
สัมมาสังกัปปะ สัมมาสังกัปปะตรงกันข้ามกับมิจฉาสังกัปปะ (ความดำริผิด) ซึ่งมี ๓ อย่างคือ
กามสังกัปปิ (กามวิตก) พยาบาทสังกัปปิ (พยาบาทวิตก) วิหิงสาสังกัปปิ (วิหิงสาวิตก)

ความดำริหรือแนวความคิดแบบมิจฉาสังกัปปะนี้ เป็นเรื่องปกติของคนส่วนมาก
เพราะตามธรรมดานั้น เมื่อปุถุชนรับรู้อารมณ์ ก็เกิดความรู้สึกหนึ่งในสองอย่าง คือ ถูกใจซึ่งก็จะ
ชอบ ตีใจ หรือไม่ถูกใจก็จะไม่ชอบ มีขัดเคืองตามมา จากนั้นความดำรินึกคิดต่างๆ ก็จะดำเนินไป
ตามแรงผลักดันของความชอบและไม่ชอบนั้น ความดำริหรือความนึกคิดที่เอนเอียงเช่นนี้ เกิดขึ้น
เพราะ มองสิ่งต่างๆ อย่างผิวเผิน รับรู้อารมณ์เข้ามาทั้งดุ้น โดยขาดสติสัมปชัญญะ แล้วปล่อยความ
นึกคิดให้แล่นไปตามความรู้สึก หรือตามเหตุผลที่มีความชอบใจไม่ชอบใจเป็นตัวนำ ไม่ได้ใช้
ความคิดแยกแยะส่วนประกอบ และความคิดสืบสาวสอบค้นเหตุปัจจัย ตามหลักโยนิโสมนสิการ

มิจฉาทิฏฐิ คือ ความเข้าใจผิดพลาด ไม่มองเห็นสิ่งทั้งหลายตามความเป็นจริง จึงทำ
ให้เกิดมิจฉาสังกัปปะ คือ ดำริ นึกคิด และมีทัศนคติต่อสิ่งทั้งหลายผิดพลาดบิดเบือน และมิจฉา
สังกัปปะนี้ ก็ส่งผลสะท้อนให้เกิดมิจฉาทิฏฐิ จนเข้าใจและมองเห็นสิ่งทั้งหลาย อย่างผิดพลาดและ
บิดเบือนยิ่งขึ้นไปอีก

สัมมาทิฏฐิ กับ สัมมาสังกัปปะ การที่จะมองเห็นสิ่งทั้งหลายอย่างถูกต้อง ตามที่มันเป็น
เป็นได้นั้น จะต้องใช้โยนิโสมนสิการ คือ ขณะนั้นความนึกคิดดำริต่างๆ จะต้องปลอดโปร่ง มีอิสระ
ไม่มีทั้งความชอบใจ ความยึดติด พัวพัน และความไม่ชอบใจ เป็นปฏิปักษ์ต่างๆ ด้วย นั่นคือ จะต้อง
มีสัมมาทิฏฐิ และ สัมมาสังกัปปะ ซึ่งองค์ประกอบทั้งสองอย่างนี้ ส่งเสริมสนับสนุนซึ่งกันและกัน
สัมมาสังกัปปะ มี ๒ อย่าง สัมมาสังกัปปะที่ยังเป็นสาสวะ เป็นส่วนแห่งบุญให้ผลแก่ขั้นนี้ คือ ความ
ดำรินในเนกขัมมะ ดำรินในความไม่พยาบาท ดำรินในความไม่เบียดเบียน สัมมาสังกัปปะของพระอริยะ
ที่เป็นอนาสวะ เป็นโลกุตระ เป็นองค์มรรค คือ ความตรึก ความวิตก ความดำริ ความแน่ว ความแนบ
ความปักใจ วชิรังขาร ของภิกษุผู้มีจิตไกลข้าศึก มีจิตหาอาสวะมิได้ พรั่งพร้อมด้วยอริยมรรค เจริญ
อริยมรรคอยู่

ภิกษุผู้ประกอบธรรม ๔ ประการ ย่อมเป็นผู้ปฏิบัติปฏิบัติทำอันไม่ผิด และเป็นอันปรารภเหตุ เพื่อความสิ้นอาสวะทั้งหลาย ธรรม ๔ ประการเป็นไฉน คือ เนกขัมมวิตก ๑ อพยาบาทวิตก ๑ อวิหิงสาวิตก ๑ สัมมาทิฐิ ๑^{๓๙}

ความหมายรู้ในเนกขัมมะบังเกิดขึ้นเพราะอาศัยเนกขัมมธาตุ ความดำริในเนกขัมมะบังเกิดขึ้นเพราะอาศัยความหมายรู้ในเนกขัมมะ ความพอใจในเนกขัมมะบังเกิดขึ้นเพราะอาศัยความดำริในเนกขัมมะ ความร่ำร้อนเพราะเนกขัมมะบังเกิดขึ้นเพราะอาศัยความพอใจในเนกขัมมะ การแสวงหาในเนกขัมมะบังเกิดขึ้นเพราะอาศัยความร่ำร้อนเพราะเนกขัมมะ อริยสาวกผู้ได้สดับ เมื่อแสวงหาเนกขัมมะ ย่อมปฏิบัติชอบโดยฐานะ ๓ คือ กาย วาจา ใจ และโดยนัยเดียวกันนี้กับ อพยาบาท และ อวิหิงสา^{๔๐}

สัมมาวาจา เจรจาชอบ คือ วจีสุจจริต ๔ (เว้นจาก วจิตุจจริต ๔) เป็นหนึ่งในมรรค ๘ หรือมรรคมรรค ๘ การงดเว้นจากการพูดเท็จ งดเว้นจากการพูดส่อเสียด งดเว้นจากการพูดคำหยาบ งดเว้นจากการพูดเพ้อเจ้อ ละการพูดเท็จ เว้นขาดจากการพูดเท็จ พูดแต่คำจริง ดำรงคำสัตย์ มีถ้อยคำเป็นหลักฐาน ควรเชื่อได้ ไม่พูดลวงโลก ละคำส่อเสียด เว้นขาดจากคำส่อเสียด พังจากข้างนี้แล้วไม่ไปบอกข้างโน้น เพื่อให้คนหมู่หนึ่งแตกร้างกัน หรือพังจากข้างโน้น แล้วไม่มาบอกข้างนี้ เพื่อให้คนหมู่หนึ่งแตกร้างกัน สมานคนที่แตกร้างกันแล้วบ้าง ส่งเสริมคนที่พร้อมเพรียงกันแล้วบ้าง ชอบคนผู้พร้อมเพรียงกัน ยินดีในคนผู้พร้อมเพรียงกัน เพลิดเพลินในคนผู้พร้อมเพรียงกัน กล่าวแต่คำที่ทำให้คนพร้อมเพรียงกัน ละคำหยาบ เว้นขาดจากคำหยาบ กล่าวแต่คำที่ไม่มีโทษเพราะหู ชวนให้รัก จับใจ เป็นของชาวเมือง คนส่วนมากรักใคร่พอใจละคำเพ้อเจ้อ เว้นขาดจากคำเพ้อเจ้อ พูดถูกกาล พูดแต่คำที่เป็นจริง พูดอิงอรรถ พูดอิงธรรม พูดอิงวินัย พูดแต่คำมีหลักฐานมีที่อ้าง มีที่กำหนดประกอบด้วยประโยชน์ โดยกาลอันควร รู้จักมิจฉาวาจาว่ามิจฉาวาจา รู้จักสัมมาวาจาว่าสัมมาวาจา ความรู้นั้น เป็น สัมมาทิฐิ สัมมาวาจา ๒ อย่าง คือ สัมมาวาจาที่ยังเป็นสาสวะ เป็นส่วนแห่งบุญให้ผลแก่ขันธ คือ เจตนางดเว้นจากการพูดเท็จ งดเว้นจากการพูดส่อเสียด งดเว้นจากการพูดคำหยาบ งดเว้นจากการเจรจาเพ้อเจ้อ สัมมาวาจาของพระอริยะที่เป็นอนาสวะ เป็นโลกุตระ เป็นองค์มรรค คือ ความงด ความเว้น ความเว้นขาด เจตนางดเว้น จากวจีทุจริตทั้ง ๔ ของภิกษุผู้มีจิตไกลข้าศึก มีจิตหาอาสวะมิได้ พรั่งพร้อมด้วยอริยมรรค เจริญอริยมรรคอยู่

^{๓๙} อญ.จตุกก. (ไทย) ๒๑/๗๒/๑๑๗.

^{๔๐} ส.น. (ไทย) ๑๖/๙๖/๑๘๓-๑๘๔.

วาจาสุภาสิตวาจาประกอบด้วยองค์ ๕ ประการ เป็นวาจาสุภาสิต ไม่เป็นทุพภาสิต และเป็นวาจาไม่มีโทษ วิญญูชนไม่ติเตียน คือวาจานั้นย่อมเป็นวาจาที่กล่าวถูกกาล เป็นวาจาที่กล่าวเป็นสัจ เป็นวาจาที่กล่าวอ่อนหวาน เป็นวาจาที่กล่าวประกอบด้วยประโยชน์ เป็นวาจาที่กล่าวด้วยเมตตาจิต

วาจาอันประกอบด้วยองค์ ๔ เป็น วาจาสุภาสิต ไม่เป็นทุพภาสิต เป็นวาจาไม่มีโทษ และวิญญูชนไม่พึงติเตียน ย่อมกล่าวแต่คำที่เป็นสุภาสิต ไม่กล่าวคำที่เป็นทุพภาสิต ย่อมกล่าวคำที่เป็นธรรม ไม่กล่าวคำที่ไม่เป็นธรรม ย่อมกล่าวแต่คำอันเป็นที่รัก ไม่กล่าวคำอันไม่เป็นที่รัก ย่อมกล่าวแต่คำสัตย์ ไม่กล่าวคำเหลวไหล

ตถาคต... ย่อมรู้วาจาที่ไม่จริง ไม่แท้ ไม่ประกอบด้วยประโยชน์ และวาจานั้นไม่เป็นที่รัก ไม่เป็นที่ชอบใจของผู้อื่น ตถาคตไม่กล่าววาจานั้น หนึ่ง ตถาคตย่อมรู้วาจาที่จริง ที่แท้ แต่ไม่ประกอบด้วยประโยชน์ และวาจานั้นไม่เป็นที่รัก ไม่เป็นที่ชอบใจของผู้อื่น ตถาคตไม่กล่าววาจานั้น หนึ่ง ตถาคตย่อมรู้วาจาที่จริง วาจาที่แท้ และประกอบด้วยประโยชน์ แต่วาจานั้นไม่เป็นที่รัก ไม่เป็นที่ชอบใจของผู้อื่น ในข้อนี้ ตถาคตย่อมรู้กาลที่จะพยากรณ์วาจานั้น ตถาคตย่อมรู้วาจาที่ไม่จริง ไม่แท้ ไม่ประกอบด้วยประโยชน์ แต่วาจานั้นเป็นที่รัก เป็นที่ชอบใจของผู้อื่น ตถาคตไม่กล่าววาจานั้น ตถาคตย่อมรู้วาจาที่จริง ที่แท้ ไม่ประกอบด้วยประโยชน์ แต่วาจานั้นเป็นที่รัก เป็นที่ชอบใจของผู้อื่น ตถาคตไม่กล่าววาจานั้น หนึ่ง ตถาคตย่อมรู้วาจาที่จริง ที่แท้ และประกอบด้วยประโยชน์ และวาจานั้นเป็นที่รัก เป็นที่ชอบใจของผู้อื่น ในข้อนี้ ตถาคตย่อมรู้กาลที่จะพยากรณ์วาจา ส่วนบนของพอร์ม

สัมมากัมมันตะ เป็นหนึ่งในมรรค ๘ หรือ มรรคมืองค์แปด กระทำชอบ ทำการชอบ คือ การกระทำที่เว้นจากความประพฤติชั่วทางกาย ๓ อย่าง อันได้แก่ การงดเว้นจากการฆ่าสัตว์ การงดเว้นจากการถือเอาสิ่งของที่เขามิได้ให้ การงดเว้นจากการประพฤติผิดในกาม

สัมมาอาชีวะ เป็นหนึ่งในมรรค ๘ หรือ มรรคมืองค์แปด เลี้ยงชีพชอบ หมายถึงการทำมาหากินด้วยอาชีพที่สุจริต เว้นมิจฉ้ออาชีวะ อันได้แก่ การเลี้ยงชีพไม่ชอบ คือการโกงหรือหลอกลวง เว้นการประจบสอพลอ การบีบบังคับขู่เข็ญ และการต่อลามด้วยลามก รวมถึงอาชีพอีก ๕ ประเภท ดังนี้

สัตตวนิชชา คือ การขายอาวุธ ได้แก่ อาวุธปืน อาวุธเคมี ระเบิด นิวเคลียร์ อาวุธอื่น ๆ เป็นต้น อาวุธเหล่านี้หากมีเจตนาเพื่อทำร้ายกัน จะก่อให้เกิดการทำลายล้างซึ่งกันและกัน โลกจะไม่เกิดสันติสุข

สัตตวณิชชา หมายถึง การค้าขายมนุษย์ ได้แก่ การค้าขายเด็ก การค้าขายทาส ตลอดจนการใช้แรงงานเด็กและสตรีอย่างทารุณ

มังสวณิชชา หมายถึง ค้าขายสัตว์เป็น สำหรับฆ่าเพื่อเป็นอาหารเป็นการส่งเสริมให้ทำผิดศีลข้อที่ ๑ คือการฆ่าสัตว์ตัดชีวิต

มัชชวณิชชา หมายถึง การค้าขายน้ำเมา ตลอดจนการค้าสารเสพติดทุกชนิด

วิสวณิชชา หมายถึง การค้าขายยาพิษ ซึ่งเป็นอันตรายต่อผู้ใช้ รวมทั้งเป็นอันตรายต่อสัตว์

สัมมาวายามะ เป็นหนึ่งในมรรค ๘ หรือ มรรคมืองค์แปด เพียรชอบ เกิดฉันทะ พยายาม ปราศจากความเพียร ประคองจิตไว้ ตั้งจิตไว้ เพื่อมิให้อกุศลธรรมอันลามกที่ยังไม่เกิดบังเกิดขึ้น เพื่อละอกุศลธรรมอันลามกที่บังเกิดขึ้นแล้ว เพื่อให้กุศลธรรมที่ยังไม่เกิดบังเกิดขึ้นเพื่อความตั้งอยู่ไม่เลือนหาย เจริญยิ่ง ไพบูลย์ มีขึ้น เต็มเปี่ยมแห่งกุศลธรรมที่บังเกิดขึ้นแล้ว

สัมมาสติ คือการมีสติระลึกอยู่เป็นนิจว่า เราจะกระทำอะไร และกำลังทำอะไรอยู่ ไม่เป็นคนเผลอ การไม่เผลอการรู้ตัวอยู่เป็นนิจเป็นทาง ให้หลักได้จากการกระทำความชั่ว ตามความจำกัดความแบบพระสูตร คือหลักธรรมที่เรียกว่าสติปัฏฐาน แบ่งออกเป็น ๔ คือ ระลึกได้เมื่อรู้สึกสบาย หรือ ไม่สบาย ระลึกได้เมื่อรู้สึกสุข หรือทุกข์ หรือเฉย ๆ ระลึกได้ว่าจิตกำลังเศร้าหมอง หรือผ่องแผ้ว ระลึกได้ว่าอารมณ์อะไรกำลังผ่านเข้ามาในจิตใจ

สัมมาสมาธิ แปลว่า สมาธิชอบ คือความตั้งใจมั่นโดยถูกต้อง โดยการที่กุศลจิตมีอารมณ์เป็นอันเดียว (ความตั้งมั่นแห่งกุศลจิตในในอารมณ์อันใดอันหนึ่ง ไม่ฟุ้งซ่าน) เข้าถึง ปฐมฌาน ทุตติฌาน ตติยฌาน และ จตุตถฌาน (จิตตั้งมั่นในฌานทั้ง ๔ นี้เท่านั้นไม่เลยไปถึงอรุณฌาน) ถือเป็นยอดแห่งมรรคทั้งหลาย

ความแตกต่างของสมาธิและสัมมาสมาธิ คำว่าสมาธิ กับคำว่า สัมมาสมาธิ มีความแตกต่างกัน สมาธิได้แก่การถือเอา อารมณ์ใดอารมณ์หนึ่ง ทำให้แน่วแน่อยู่ในอารมณ์นั้น ถ้าจิตจับที่เรื่องราว มาเป็นอารมณ์แน่วแน่อยู่ในเรื่องนั้น สมาธินั้น เป็นสมาธิไม่ชอบไม่ถูก ตามธรรม

ส่วนคำว่าสัมมาสมาธิ หมายถึง การยึดเรื่องดีมาเป็นอารมณ์แน่วแน่ อยู่ในเรื่องที่ เป็นกุศล สมาธินั้น จึงจะยังประโยชน์ให้สำเร็จ อริยมรรค ๘ คือ หนทางแห่งการดำรงชีวิตอย่างรู้แจ้ง มีสติเป็นพื้นฐาน ด้วยการฝึกสติสามารถพัฒนาสมาธิจิตซึ่งจะช่วยให้บรรลุถึงปัญญา เพราะ สัมมาสมาธิจึงสามารถบรรลุถึงสัมมาทิฐิ สัมมาสังกัปปะ สัมมาวาจา สัมมากัมมันตะ สัมมาอาชีวะ และสัมมาวายามะ ปัญญาความเข้าใจซึ่งพัฒนาขึ้นนั้นสามารถกำจัดความไม่รู้ (อวิชชา) ได้ในที่สุด

ลักษณะของสัมมาสมาธิ จิตสงบแล้วจากกามทั้งหลาย สงัดแล้วจากกรรมที่เป็นอกุศล ธรรมทั้งหลาย เข้าถึงปฐมฌาน ประกอบด้วยวิตกวิจารณ์ปีติและสุขอันเกิดจากวิเวก เพราะความที่ วิตกวิจารณ์ทั้งสองระงับลง เข้าถึงทุติยฌาน เป็นเครื่องผ่อนใสแห่งใจในภายใน ให้สมาธิเป็นธรรมอัน เอกผุดขึ้น ไม่มีวิตกวิจารณ์ มีแต่ปีติและสุขอันเกิดจากสมาธิ เพราะความจางคลายไปแห่งปีติ เป็นผู้ อยู่อุเบกขา มีสติและสัมปชัญญะ และเสวยสุขด้วยนามกาย มีสติ อยู่เป็นปกติสุข เข้าถึงตติยฌาน เพราะละสุขและทุกข์เสียได้ เพราะความดับไปแห่งโสมนัสและโทมนัสทั้งสอง เข้าถึงจตุตถฌาน ไม่มีทุกข์ ไม่มีสุข มีแต่ความที่สติเป็นธรรมชาติบริสุทธิ์เพราะอุเบกขา

ถ้าปฏิบัติตามอริยมรรคมีองค์ ๘ จนอยู่เหนือผลกรรมทั้งกรรมดีกรรมชั่ว จะหลุดพ้น จากกรรมดังนี้แล